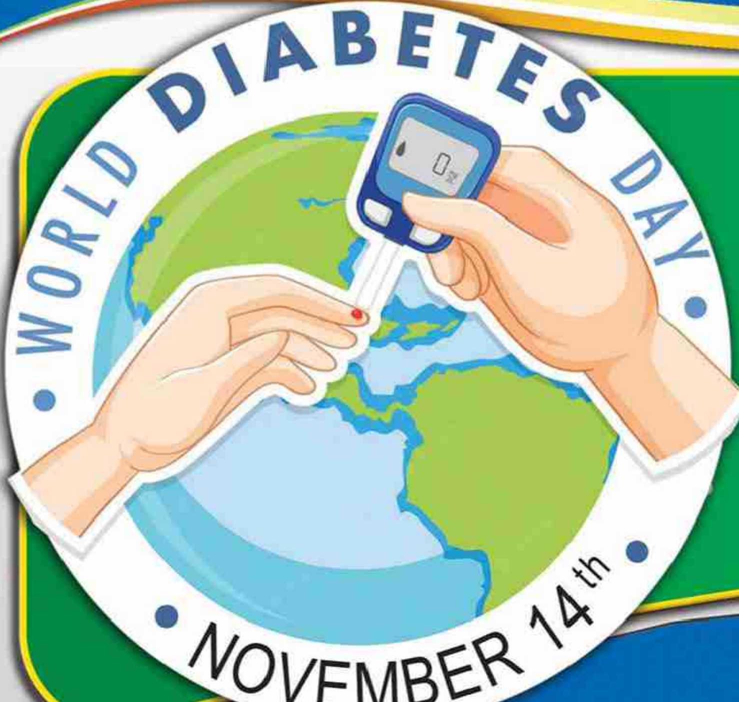
Monthly MOALIJ

ماہنامہ
معالج
کراچی

نومبر 2022

1984 سے شائع ہونے والا منفرد ہومیو پیتھک جریدہ

قیمت 30 روپے



ہر سال 14 نومبر کو دنیا بھر میں ذیابیطس سے آگاہی کا عالمی دن منایا جاتا ہے۔

اس حوالے سے خصوصی مضامین ملاحظہ کیجیے۔



دنیا بھر میں ہر سال 20 نومبر کو عالمی یومِ اطفال منایا جاتا ہے۔

- پلسٹیلا بچے۔
- بچوں میں کھانے کی رغبت کیسے پیدا کی جائے؟

جانیئے:

- دیر تک جاگنا ٹائپ ۲ ذیابیطس کا سبب بن سکتا؟
- سانس سے تین بدبوئیں آنا خطرناک ہے۔
- روزانہ چار یا اس سے زیادہ کپ چائے پینے سے ٹائپ ٹو ذیابیطس کے خطرات میں کمی ہو سکتی ہے۔ (تحقیق)
- شیمپو میں موجود کون سے کیمیکلز بالوں کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔
- اخروٹ کا استعمال بڑھاپے میں بہتر صحت کا سبب بن سکتا ہے۔
- سبز چائے ذیابیطس اور جسمانی سوزش میں مفید ہے۔
- خوش ذائقہ انار امراض قلب اور ذیابیطس سے بچانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔
- روزانہ ایک گلاس دودھ پینا ذیابیطس ٹائپ ٹو سے بچاؤ میں معاون ہے۔ (تحقیق)

ماہنامہ
معالج
کراچی

1984 سے باقاعدگی سے شائع ہونے والا منفرد ہومیو پیتھک جریدہ

شمارہ۔8
جلد۔39
قیمت۔30روپے

فہرست مضامین نومبر۔2022ء

Monthly Karachi
MOALIJ
Barkat Lodge,
Aram Bagh Road, Karachi.
Cell: 0335-7587604, 021-35120002
Fax: 092-21-2628107,
e-mail: monthlymoalij@gmail,com

اس شمارے میں ملاحظہ فرمائیں

معالج کے ممبر بننے کا طریقہ

معالج کا ممبر بننے کے لیے زر سالانہ عام ڈاک سے-/300 روپے اور بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک-/500 روپے سالانہ ہے۔ آپ یہ رقم بذریعہ پوسٹل آرڈر، منی آرڈر یا بینک ڈرافٹ بنام ماہنامہ معالج ارسال فرمائیں کراچی کے قارئین نقد یا کراس چیک ارسال کرسکتے ہیں جبکہ بیرون ممالک میں سعودی عرب اور متحدہ عرب امارات کے لیے-/2000 روپے پاکستانی اور یورپی ممالک کے لیے-/2500 روپے پاکستانی کا بینک ڈرافٹ ارسال فرمائیں۔ رقم موصول ہونے کے بعد آپ کے نام معالج جاری کردیا جائے گا۔

معالج کا مطالعہ خود بھی کیجئے اور احباب کو بھی ترغیب دیجئے

معالج میں ہومیو پیتھک ڈاکٹروں، طالب علموں اور عام قارئین کے لیے ماہرین ہومیو پیتھس کے مفید معلوماتی مضامین اور جدید طبی خبریں شائع کی جاتی ہیں جس سے آپ کی معلومات میں اضافہ ہوتا ہے۔

اداریہ

عالمی یومِ ذیابیطس

وطن عزیز میں خصوصاً صحت کے شعبے میں وسائل کم اور مسائل بہت زیادہ ہیں۔ سونے پر سہاگہ ناخواندگی کے باعث عوام الناس میں معلومات کی کمی بھی ایک بڑا سبب ہے لہذا ضرورت اس بات کی ہے کہ قوم کے افراد کی صحت و تندرستی کے لئے عام آدمی کو امراض اور ان کی پیچیدگیوں کے حوالے سے معلومات میں اضافہ کیا جائے اس مقصد کے لئے پاکستان میں بھی دنیا بھر کی طرح ہر سال 14 نومبر کو عالمی یوم ذیابیطس منایا جاتا ہے تاکہ عوام کو ذیابیطس کے بارے میں شعور و آگاہی دی جائے اور اس مرض سے بچاؤ کے لئے احتیاطی تدابیر اختیار کی جائیں کیونکہ اگر بروقت تشخیص ہو جائے تو بہت جلد مرض پر قابو پایا جا سکتا ہے اور متاثرہ افراد دیگر تندرست افراد کی طرح زندگی گزار سکتے ہیں۔

ذیابیطس ایک قدیم مرض ہے پاکستان میں ذیابیطس کے مریضوں میں جس تیزی سے اضافہ ہو رہا ہے اس کی اصل وجہ ہمارا طرزِ زندگی، رہن سہن، ریڈی میڈ غذا کا بے تحاشا استعمال اور ہمارے گردو پیش کے حالات ہیں۔ ذیابیطس کا مرض جسم کے دیگر اہم اعضاء کے افعال میں بگاڑ کا سبب بنتا ہے نتیجتاً ذیابیطس سے متاثرہ شخص رفتہ رفتہ دل کے جملہ امراض، گردوں کی خرابی، انفیکشن، جگر کے فعل میں کمی، دانتوں کے امراض، بصارت کی خرابیاں جیسے امراض میں مبتلا ہو جاتا ہے۔

ذیابیطس کا عارضہ متاثرہ شخص میں دل کے مختلف امراض میں مبتلا ہونے کے خطرات کو تشویشناک حد تک بڑھا دیتا ہے جس کے باعث کئی پیچیدہ امراض اور فالج کے خطرات بڑھ جاتے ہیں اسی لئے کہا جاتا ہے کہ ذیابیطس کا مرض دیمک کی طرح انسانی جسم کو اندر ہی اندر کھوکھلا کر دیتا ہے اور اس کی تشخیص اس وقت ہوتی ہے جب پانی سر سے اونچا ہو جاتا ہے۔

ڈاکٹر کے اس انکشاف کے بعد کہ آپ ذیابیطس کے مریض ہیں اپنی صحت اور مرض کے معاملے میں سنجیدہ روّیہ اختیار کر لیجئے اس مرض سے علاج کے سلسلے میں آپ جس قدر جلد پرہیز اور احتیاطی تدابیر اختیار کریں گے، خود کو زیادہ بہتر طریقے سے اس مرض کے خلاف تیار کر سکیں گے اور اس مرض کی پیچیدگیوں سے محفوظ رہیں گے۔

ذیابیطس سے بچاؤ کے لئے ضروری ہے کہ کھانے پینے کی عادات میں توازن اور اعتدال رکھا جائے وزن میں اضافے سے بچا جائے، غذائی احتیاط کے ساتھ ورزش کو زندگی کا معمول بنا جائے۔ زیادہ آرام طلبی کے بجائے صحت کے لئے جسمانی مشقت بھی ضروری ہے۔ پھل اور سبزیاں زیادہ استعمال کی جائیں

آج اگر آپ خود اس مرض سے بچاؤ کے لئے احتیاطی تدابیر کو اپنائیں گے ور اپنے طرز زندگی کو قدرتی طریقے پر ڈھالیں گے تو کل اپنی آئندہ آنے والی نسلوں کو اس موذی مرض کا شکار ہونے سے بچا سکیں گے یوں بتدریج معاشرہ اس مرض کو شکست دینے کی طرف گامزن ہوگا (ان شاءاللہ)

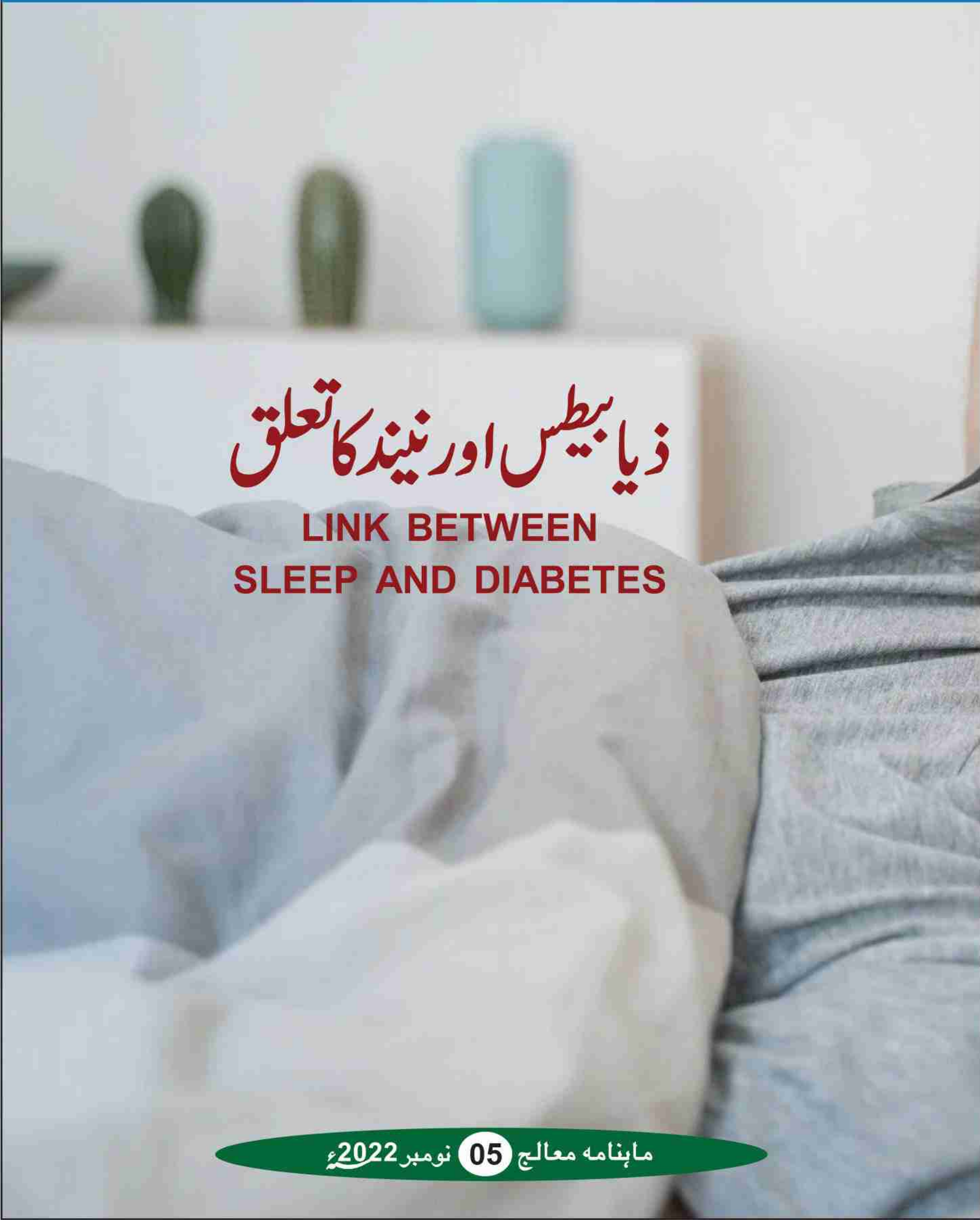
☆☆☆☆☆



ہومیو پیتھک ڈاکٹر سید امجد علی جعفری
کراچی

ذیابیطس اور نیند کا تعلق

LINK BETWEEN SLEEP AND DIABETES





☆......ذیابیطس کی اقسام:

ٹائپ ون ذیابیطس: ٹائپ ون ذیابیطس میں لبلبہ میں شکست وریخت کے باعث یہ انسولین نہیں بنا پاتا ہے یہ مرض بچوں نوجوانوں اور جوانوں میں زیادہ ہوتا ہے۔

ٹائپ ٹو ذیابیطس: اس میں انسولین بنتی تو ہے لیکن بدن اسے استعمال نہیں کر پاتا ہے اس کی تشخیص مشکل ہوتی ہے یعنی بدن insulin-resistance ہوجاتا ہے۔ مریض ذیابیطس کی علامات کو نظرانداز کرتا رہتا ہے یا اسے ذیابیطس مرض کی علامات کا علم ہی نہیں ہوتا ہے۔

☆.....Insulin Resistance کیا ہے اور اس کے اسباب کیا ہیں؟

خلیئے خود گلوکوز کو استعمال نہیں کر سکتے ہیں تو قدرت نے اس کام کے لئے ایک راستہ بنایا ہے ایک پروٹین اس مقصد کے حصول کے لئے ٹرانسپورٹ کا کام کرتی ہے اس کام میں انسولین معاونت کرتی ہے جبکہ ٹائپ ٹو ذیابیطس میں یہ عمل ٹھیک سے کام نہیں کرتا ہے۔ عضلات کے خلیے چربیلے ٹشوز اور جگر انسولین کے اثر کو قبول کرنا بند کر دیتے ہیں، اس کی وجہ سے خون میں گلوکوز کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور ٹائپ ٹو ذیابیطس کا موجب بنتی ہے۔

☆...... خلیے کیوں انسولین کو جذب کرنے سے عاری ہوجاتے ہیں؟

یہ ایک پیچیدہ عمل ہے غذائیت سے عاری کھانوں کا استعمال، روزانہ چہل قدمی اور ورزش نہ کرنا، زیادہ وقت بیٹھ کر کام کرنا، کام کے دوران ہر گھنٹے بعد ایک منٹ کے لئے چہل قدمی نہ کرنا، موٹاپا، وزن کا زیادہ ہونا اس سے بدن میں توانائی پیدا کرنے والے Mitochondria خیطی ذرات کی مقدار کم ہوجاتی ہے۔

انسولین جذب نہ کرنے کی بڑی وجہ تو یہ ہے کہ جب عضلات کے خلیوں میں چربی زیادہ ہوجاتی ہے تو ان کے استعمال ہونے سے حرارے کم ملتے ہیں۔ یہ کیفیت خلیوں میں گلوکوز کے استعمال کوروک دیتی ہے اس سبب خون میں گلوکوز کی مقدار بڑھ جاتی ہے جسم میں اور بدن پر ورم/ سوجن ہوجاتی ہے اور انسولین مزاحمت کی کیفیت insulin resistance پیدا ہوجاتی ہے۔ جگر بھی چربیلا (Fatty liver disease) ہوجاتا ہے زہریلی کیفیت کو پیدا کردیتی ہے جسے non alcholic fatty pancreas disease (NAFPD) کہا جاتا ہے اس سے لبلبہ کی انسولین پیدا کرنے کی صلاحیت کم ہوجاتی ہے۔

یہ کیفیت بالکل آہستہ بنتی / پیدا ہوتی ہے جس میں دس سال لگ جاتے ہیں اس عرصہ میں ٹائپ ٹو ذیابیطس پیدا تو ہوجاتی ہے لیکن اس کی تشخیص مشکل ہوتی ہے۔

تلی تلائی مرغن (fast food) کھانے بغیر ورزش بیٹھ کر کام کرنے والوں اور کم نیند کے عارضہ میں مبتلا اشخاص کو ٹائپ ٹو ذیابیطس ہوجاتی ہے۔

☆......**نیند اور صحت:** نیند صحت مند رہنے کے لئے ایک حیاتیاتی (biological) عمل ہے جس میں cortisol اور melatonin ہارمون مل کر نیند کو ہلکی، گہری اور جاگنے کا دائرہ بناتے ہیں جسے ciradian rhythm کہا جاتا ہے، دن کے اوقات میں قرار گیرانہ عمل (homeostatic processes) شروع رہتا ہے۔ یہ اس بات کا تعین کرتا ہے کہ کہاں اور کس کیفیت میں کس وقت سونا ہے۔

پرسکون گہری نیند علمی معلوماتی ادراک، قوت مدافعت کو توازن پر رکھنے اور ورزش اور محنتی کاموں کے لئے ضروری ہے نیند، دل اور گردش خون، یادداشت کو محفوظ رکھنے دماغ اور بدن میں



شکست وریخت کی مرمت اور اسے درست رکھنے اور غذا کو جزو بدن بننے کے عمل کی تکمیل کے لئے نہایت ضروری ہے۔

☆...... **بے خوابی یا ٹوٹ ٹوٹ کر نیند آنا:** بے خوابی یا ٹوٹ ٹوٹ کر نیند آنے سے بدن کے تحویلی عمل کا توازن metabolic regulation بگڑ جاتا ہے جس سے وزن بڑھ جاتا ہے موٹاپا ہوتا ہے ذیابیطس ہوجاتی ہے اور امراض قلب ہونے اور فالج ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔



نیند کا پورا نہ ہونا تحویلی عمل (metabolic regulation) کو کئی طریقوں سے متاثر کرتا ہے۔

کام کی تکمیل کے جنون سے نیند کے وقفے کی قربانی دینے سے اگلی صبح تکان محسوس کرتا ہے اور چڑچڑا پن میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ نیند کا پورا نہ ہونا تحولی عمل اور انسولین سے حساسیت پیدا کرتا ہے۔ circulating cortisol اور catecholamine بڑھ جاتے ہیں جس سے خون میں گلوکوز بڑھ جاتی ہے اور لبلبہ زیادہ انسولین پیدا کرتا ہے ان کی وجہ سے خلیوں میں حساسیت بڑھ جاتی ہے خون میں ان کے بڑھنے سے عضلات/مسلز میں چربی بڑھ/جمع ہوجاتی ہے جس سے ان کی صحت متاثر ہوتی ہے

جسم میں cortisol کے بڑھنے سے testosterone کم بنتے ہیں جس سے پٹھوں کی کمیت کم ہوجاتی ہے جس سے حراروں کا محرک ہونا کم ہوجاتا ہے پیٹ میں چربی زیادہ جمع ہونا شروع ہوجاتی ہے جس سے ذیابیطس ٹائپ ٹو بڑھنے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔

کم نیند آنے سے جسم میں اعصاب سے جڑا ہوا غدود کا نظام جو ہارمون پیدا کرتا ہے وہ فعال نہیں رہتا ہے جس سے انسولین مزاحمت کی کیفیت insulin resistance پیدا ہوجاتی ہے۔ یہ کیفیت شفٹ میں کام کرنے والوں کو زیادہ ہوتی ہے جن کے نیند کے اوقات کے ساتھ کھانے کے اوقات بھی بدلتے رہتے ہیں۔

جن افراد کو کام کے دوران قدرتی روشنی نہیں ملتی انہیں دن رات میں مصنوعی روشنی میں کام کرنا پڑتا ہے اس سے ان کے دماغ کا ایک ہارمون melatonin 80% کم بنتا ہے جس سے نیند متاثر ہوتی ہے اور انسولین بھی کم بنتی ہے۔

کم نیند یا ٹوٹ ٹوٹ کر نیند آنے سے دو ہارمون متاثر ہوتے ہیں ایک Leptin hormone یہ بھوک کو کم کرتا ہے اور دوسرا Ghrelin Hormone یہ بھوک کو بڑھاتا ہے۔ یہ ہارمون بدن کے کبھی کسی نظام کو فعال بنادیتے ہیں اور کبھی دوسرے کو فعال کردیتے ہیں۔

ساڑھے پانچ گھنٹے سے کم نیند کرنے (سونے) والوں کو ان کا دماغ چہل قدمی یا ورزش کرنے کی ترغیب وتحریک کم ہی دیتا ہے اس سے ان کی روزانہ کی کارکردگی 31% کم ہوجاتی ہے اور

جاتا ہے جاگنے کے دورانیے میں کچھ ایسی دوائیں یا غذائیں کھائی جاتی ہیں جو کہ نقصان دہ ہوں تو پروٹین اور ٹوکسن کو ایک نظام ایک طرف جمع کردیتا ہے ان کی زیادتی سے ورم پیدا ہوجاتا ہے۔

نیند کے کم آنے سے مفید خوردبینی حیوانیے کم ہوجاتے ہیں نظام ہاضمہ متورم رہتا ہے، کچھ نقصاندہ خوردبینی حیوانیے خون میں شامل ہوجاتے ہیں پورے نظام ہاضمہ میں سوزش ہوجاتی ہے تب تحویلی عمل متاثر ہونے سے وزن بڑھتا ہے اور موٹاپا ہوجاتا ہے

نیند نہ یا کم آنے سے چھوٹی آنت کولون کے ریشوں میں بیکٹیریا،خمیر بناتے ہیں جو کہ short chain fatty acids butyrate,acetate and propionate کہلاتی ہے جو کہ چھوٹی آنت جھلی کو توانائی مہیا کرتی ہے درج بالا کیمیکلز مخصوص ہارمون GLP-1,peptides YY نظام ہاضمہ میں معدہ اور چھوٹی آنت میں سبزیوں اور چربی پگھلا کر ان کا حجم کم کرتے ہیں بھوک کے نظام کو باقاعدہ اعتدال پر لے آتے ہیں پیٹ بھر کر کھانے کے بعد ان عمل کی وجہ سے بھوک نہیں لگتی ہے نہ snack کھانے کو دل کرتا ہے اور نہ وزن بڑھتا ہے جسم کو متوازن مقدار میں حرارت thermogenesis دیتے ہیں یہ قوت تحویلی/قوت عملیہ (metabolic rate) کو محرک کرتے ہیں۔

☆......**نیند کے نظام کو کیسے بہتر بنائیں؟** اگر نظام ہاضمہ میں تحویلی نظام درست ہو تو نیند بھی ٹھیک آتی ہے تو ذیابیطس ہونے کا امکان کم ہوجاتا ہے۔صاف دھلی ہوئی چادر ہر روز جھاڑ کر بچھائیں۔موبائل سر سے دور رکھیں۔بہتر یہی ہے کہ اسے سونے کے اوقات میں بند ہی کردیں۔روشنی بند کردیں یا زیرو والٹ کا نیلا



انسولین مزاحمت بھی کم ہوجاتی ہے۔

کم نیند آنے سے ذیابیطس کے مریضوں میں cytokines a small protein اور C-reactive protein کے بڑھنے سے جسم متورم ہوجاتا ہے اس سے انہیں امراض قلب ہونے کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔

نیند میں خون کی نالیاں پھیل جاتی ہیں جس سے فشار خون کم ہوجاتا ہے نیند کم آنے کے دوران یہ نالیاں پھیلتی نہیں اور ورم بننے کا باعث بنتی ہیں۔

نیند کم آنے سے دماغ میں ذہنی دباؤ پیدا ہوتا ہے دماغ اسٹور میں نہ رکھنے والی اضافی چیزوں کی صفائی نہیں کرپاتا ہے اس عمل کو glymphatic system کہا جاتا ہے جس سے ورم بڑھ جاتا ہے۔

نیند کے دوران دماغ کے خلیوں کے درمیان فاصلہ بڑھ



بلب روشن رکھیں، ٹی وی ریڈیو بند کردیں پردے گرادیں تاکہ باہر کا شور بھی کم آئے۔

۱۔ایک مقررہ وقت پر سوئیں اور مقررہ وقت پر اٹھیں۔

۲۔صبح سویرے عبادات کے بعد چہل قدمی کے لئے جائیں۔

۳۔صبح سورج کی کرنیں بدن پر پڑنی چاہیے اس عمل سے سارا دن موڈ ٹھیک رہتا ہے اور کام کی کارکردگی میں خوش اسلوبی بھی آجاتی ہے نیند مقررہ وقت پر آجاتی ہے۔

۴۔سونے سے قبل ریشے والی غذا کھائیں اور جن میں فولک ایسڈ ہو مثلاً پھلیوں والی سبزیاں، سبز پتوں والی سبزیاں، مارچوبا، انڈے، چقندر، نارنجی کی نسل کے رسیلے پھل، شاخ گوبھی، بیج، خشک خول بند خشک پھل/ میوے، مویشیوں کی کلیجی، پپیتہ، کیلا استعمال کیجئے، سونے کے لئے بلب یا ٹیوب لائٹ کے سوئچ آف (بند) کردیجئے یعنی اوپر کو کردیں۔اگر چھوکر کمرہ، روشن ہونے والے سوئچ ہیں تو انہیں چھوکر کمرے میں اندھیرا کرلیجئے۔ آنکھیں ڈھک لیں اور پردے گرادیجئے تاکہ باہر کی روشنی بھی اندر نہ آئے۔کمرے کو قدرے ٹھنڈا رکھیں چھت کے پنکھے کے نیچے فرش پر پانی بھری بالٹی، ٹب یا تسلے میں پانی رکھیں۔اگر رات میں کسی حاجت یا کام کے لئے ضرورت پڑتی ہے تب نیلی روشنی کا زیرو والٹ بلب پر ایسا غلاف چڑھادیں کہ اس کی روشنی ایک جگہ محدود ہو۔

سورج کو غروب ہوتے وقت دیکھنے سے بھی وقت مقررہ پر نیند آنا شروع ہوجاتی ہے دن بھر کی مصروفیت کے بعد نیند میں سکون ملتا ہے لیٹے لیٹے لمبے سانس لیں سانس لینے سانس روکنے اور سانس نکالنے میں مساوی وقفہ رکھیں سونے سے قبل نیم گرم پانی سے غسل کرلیں، سبز چائے پی لیں اس سے بھی سکون کی نیند آجاتی ہے



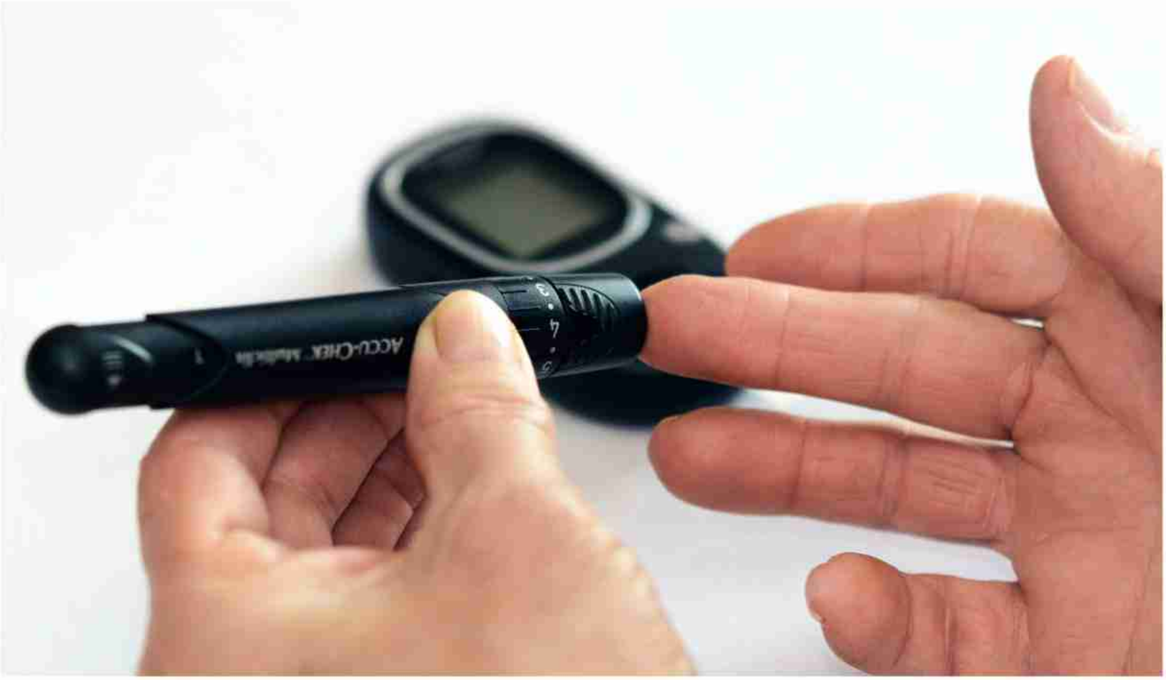
سونے سے قبل الکحل، نشہ، سگریٹ یا کافی نہ پئیں اور تمبا کو کا استعمال نہ کریں ان سے نیند دلانے والے کیمیکل Adenosine دماغ کو کام کرنے کی راہ میں رکاوٹ بن جاتا ہے۔

جن اشیاء میں میگنیشیم ہوتا ہے رات کو انہیں کھانے سے سکون کی نیند آتی ہے یہ ان اشیاء میں زیادہ ہوتا ہے مثلاً کاجو، مونگ پھلی، خول بند سبزیاں جیسے کہ مٹر اور لوبیا وغیرہ

صبح جاگنے کے وقت ایسا انتظام کریں کہ سورج کی روشنی سے کمرہ خود بخود روشن ہوجائے۔ایک ایسا لائٹ بکس بنوایا جاسکتا ہے جیسے ہی الارم بجے تو روشنی کا سوئچ کھل جائے اور کمرہ کے پردے کھنچ جائیں جن سے دن کی روشنی اندر آئے ایسا کرنے سے بغیر تکان جاگنا آسانی سے ممکن ہوجاتا ہے اور رات میں مقررہ وقت پر نیند آجاتی ہے۔

Tryptophan کے استعمال سے بھی نیند آتی ہے یہ





مرغی کی چھاتی کے گوشت میں، بڑے گوشت ،مچھلی، ابالی گئی سویابین، دودھ، پنیر،حلوہ کدہ، پیٹھا کے بیج،سورج مکھی کے بیج، کھمبی،مٹر،دالوں میں ہوتا ہے۔

ذیابیطس سے بچنے کے لئے پرسکون نیند آنا اور غذا کا جزبدن بننا ضروری ہے نیند لانے میں شملہ مرچ ،ٹماٹر، پیاز اور کھمبی سے بنا سالن بھی اہم کردار ادا کرتا ہے اس لئے ہر ممکن طریقے سے بغیر دوا سونے کی کوشش کریں۔

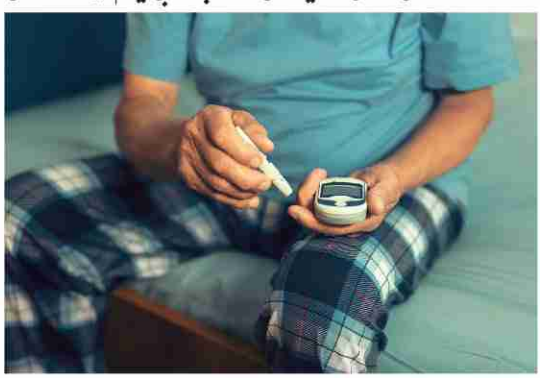
کسی قاری کو ذیابیطس اور بے خوابی یا کم نیند کے تعلق سے متعلق کسی ہومیو دوا کا علم ہو قلمکار کو مطلع کیجئے پیشگی شکریہ۔

کتابیات: درج بالا مضمون کو درج ذیل مقالہ پڑھ کر ہی لکھا جا سکا ہے جس کے لئے قلمکار ان سائٹ کا مشکور ہے۔ القرآن سورۃ الانعام آیت ۱۴۴ بیان کرو علم سند حوالہ سے۔

By Navigation Goodness Lover,Uncovering the link Between Sleep and Diabetes.

☆☆............☆☆............☆☆







QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel



QUALITY PRODUCTS Since 1971 TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel

ماہنامہ معالج کراچی



ہومیو پیتھک ڈاکٹر الطاف حسین شیخ
تلہ گنگ

ذیابیطس DIABETES
اور ہومیو پیتھک علاج

ذیابیطس دو قسم کی ہوتی ہے Diabetes Mellitus جب خون میں شوگر ایک مخصوص لیول سے بڑھ جاتی ہے تو پھر مریض کے پیشاب میں شکر خارج ہوتی ہے اور پیشاب بار بار بکثرت آتا ہے جسے ذیابیطس شکری کہتے ہیں۔

Diabetes Insipidusاس میں مریض کو پیشاب دن رات بار بار اور بغیر شکر کے آتا ہے اور اس کی تفصیل میں جانے سے پہلے لبلبہ پر روشنی ڈالوں گا جس کے متاثر ہونے کی بناء پر ذیابیطس جیسی بیماری لاحق ہوتی ہے۔

Pancreaseلبلبہ ایک قسم کا غدہ ہے اس کی ساخت سلوری گلینڈ (تھوک پیدا کرنے والی گلٹیوں) کے مشابہ ہوتی ہے یہ تقریباً 7 انچ لمبا اور بارہ انگشتی آنت سے تلی تک پھیلا ہوا ہوتا ہے اس سے ایک رطوبت پیدا ہوتی ہے جسے رطوبت لبلبہ کہتے ہیں لبلبہ تین حصوں پر مشتمل ہے جس میں سر، باڈی اور ٹیل جو چھوٹے حصے پر مشتمل تلی کے ساتھ جڑی ہوتی ہے لبلبہ بیرونی خلیوں کے ساتھ چھوٹے چھوٹے ذرات پر مشتمل ہوتا ہے جو چھوٹی نالی کے گرد ٹیل کے ساتھ واقع ہوتے ہیں یہ جسم کے بائیں سے دائیں طرف حرکت کرتے ہیں اور دوسری نالیوں کے ساتھ مرکزی نالی میں اکھٹے ہوتے ہیں لبلبہ رطوبت (enzyme) کے ساتھ تیار کرتا ہے جو رطوبت ہاضمہ کہلاتی ہے یہ نشاستہ، پروٹین خصوصی طور پر چربی (fat) کو ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے، خلیہ میں پیدا ہونے والی پروٹین ان اجزاء کو جو کیمیکل ری ایکشن کے ذریعے حل نہیں ہوتے انہیں کیمیکل ری ایکشن کے ذریعے حل کرنے میں مدد کرتی ہے۔ پروٹین بغیر کسی توڑ پھوڑ کے یہ کام سرانجام دیتی ہے۔ لبلبہ روزانہ 1.5 لیٹر رطوبت تیار کرتا ہے اور نالی کے ذریعے بارہ انگشتی آنت سے چھوٹی آنت میں بھیجتا ہے انسولین ہارمونز شوگر کو نشاستہ میں تبدیل کر کے جگر میں اسٹور کرنے کے قابل بناتے ہیں انسولینInsulin ایک کیمیائی مادہ ہے جو خون میں مل کر جگر میں داخل ہوتا ہے یہ مادہ جگر کی مدد سے انگوری شکر کو حیوانی شکر میں تبدیل کر دیتا ہے اس کی عدم موجودگی میں جگر ایسا نہیں کر سکتا اور نہ ہی اس کی غیر موجودگی میں عضلات انگوری شکر کو جلا کر قوت کے لئے استعمال کر سکتے ہیں اگر لبلبہ خراب ہو جائے تو انسولین نہیں بنتی اور جگر فالتو شکر کو ذخیرہ نہیں کر سکتا اس فالتو شکر کو گردے پیشاب کے ساتھ خارج کرنے لگتے ہیں جسے ذیابیطس کا نام دیا جاتا ہے۔ اس قسم کے مریض کو انسولین بذریعہ انجکشن دی جاتی ہے جسم میں انسولین کے ارتکاز سے مریض کو مایا بے ہوشی اور تشنج کا شکار ہو جاتا ہے اگر فوری طور پر اس کا علاج نہ کیا جائے تو موت واقع ہو سکتی ہے۔

لبلبہ کی سوزش صفراوی نالی کے متاثر ہونے کے سبب واقع ہوتی ہے یہ شدید اور مزمن بھی ہو سکتی



ہے اس سے درد، خوراک بے ذائقہ محسوس ہوتی ہے۔ متلی و قے، گھبراہٹ میں شدت ہوتی ہے۔ لبلبہ کی کارکردگی کے متاثر ہونے سے شوگر میں زیادتی واقع ہوجاتی ہے لبلبہ کے کینسر کی وجہ سے یرقان بھی ہوسکتا ہے نظام ہاضمہ کے فیل ہونے سے پاخانہ میں چربی یا شوگر کا اخراج ہوتا ہے اس حالت میں لبلبہ کا سرجری کے ذریعے علاج کرنا مشکل ہے لیکن مکمل طور پر اخراج سرجری کے ذریعے ممکن ہوسکتا ہے۔ اخراج کی صورت میں اگر شدید شوگر کا علاج انسولین سے ہورہا ہو تو خصیوں میں غذا بخش مائعات کو جذب کرنے کی طاقت میں کمی جیسی مجموعہ علامات پیدا ہوسکتی ہیں جس سے وزن میں کمی اور پاخانے کے ساتھ چربی کے اخراج میں زیادتی ہوجاتی ہے اس کے علاوہ انیمیا بھی ہوسکتا ہے

HYPERGLYCEMIA: خون میں شکر کی زیادتی کو کہتے ہیں اس مرض کی وجہ سے وزن میں کمی، تھکاوٹ اور پیشاب میں زیادتی کے ساتھ پیاس اور بھوک کا نہ لگنا پایا جاتا ہے۔ جلد، منہ اور زبان خشک ہوجاتی ہے اس سے سانس لینے کی رفتار میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

HYPOGLYCEMIA: خون میں شکر کی کمی کو کہتے ہیں اس مرض میں انسولین کی زیادہ مقدار لینے سے خون میں شوگر کی کمی واقع ہوسکتی ہے یا انسولین انجکشن لگوانے سے خون میں زیادتی کے بعد اگر مریض خوراک نہ لے یا خوراک کی قے کرے تو خون میں شوگر کی کمی واقع ہوجاتی ہے جس سے مریض پر غشی طاری ہوسکتی ہے۔ اگر شوگر والے مریض میں انسولین کی کمی کی وجہ سے غشی طاری ہوجائے تو اسے زیادہ مقدار میں انسولین فراہم کرکے درست کیا جاسکتا ہے یا اگر شوگر والے مریض میں انسولین کی زیادتی کی بناء پر شوگر میں کمی ہوجائے اور مریض پر غشی طاری ہوجائے تو اسے شکر فراہم کرکے درست کیا جاسکتا ہے

ذیابیطس شکری۔ DIABETES

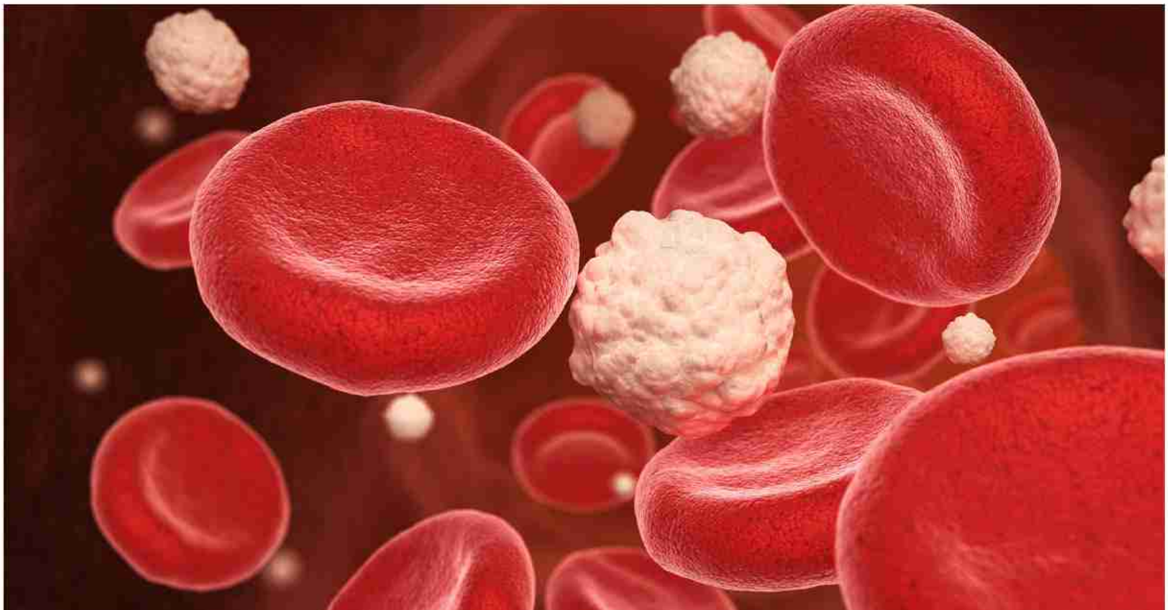
MELLITUS: اسے Glycosuria بھی کہتے ہیں۔
اس مرض میں مریض کے خون میں جب شوگر ایک مخصوص لیول سے بڑھ جاتی ہے تو پیشاب میں شکر خارج ہوتی ہے اور پیشاب بھی بکثرت آتا ہے عموماً یہ مرض 25یا30 کی عمر کے بعد ہوا کرتا ہے عورتوں کے مقابلہ میں مردوں میں یہ مرض زیادہ پایا جاتا ہے لیکن آج کل نئی روش کے تحت عورتیں بھی مردوں کے شانہ بشانہ چل رہی ہیں جبکہ بچوں میں بھی یہ مرض تیزی کے ساتھ پھیل رہا ہے یہ موروثی بھی ہوتا ہے۔ معلومات عامہ کے تحت یہ مرض عموماً شیریں اشیاء نشاستہ کا بکثرت استعمال اور جسمانی ورزش نہ کرنا، زیادہ دماغی محنت، شراب نوشی، کثرت مجامعت، فکر رنج و غم، ریڑھ کے ستون کا صدمہ، لبلبہ کے غدود کا چھوٹا ہونا یا ناقص رطوبت کا پیدا ہونا، آتشک معیادی بخار، ملیریا بخار کے بعد پیدا ہونے والے بد اثرات کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔

علامات: مرض کے شروع میں پیاس بہت لگتی ہے، پیشاب کا بار بار اور بکثرت آنا، پیشاب میں شکر کا آنا، بیماری بڑھنے کے ساتھ علامات میں شدت آجاتی ہے، بھوک کا بہت لگنا، ہاضمہ کی خرابی، منہ میں مٹھاس کا ذائقہ محسوس ہونا، متلی، کمزوری اور لاغری محسوس ہوتی ہے، سست اور پست ہمت ہونا، مزاج کا چڑچڑا ہونا، منہ اور جلد خشک، اگیزیما، مردوں میں قوت باہ کی کمزوری میں حیض کی بندش، موتیا بند کا عارضہ جیسی علامات پائی جاتی ہیں۔

علاج:

☆ نظام انہضام میں فتور، بھوک کا نہ لگنا، پیاس کا شدت سے لگنا، پیشاب کا بار بار آنا، رانوں میں درد، کمزوری، لاغری، فکر و غم اور اعصابی مرض اگر اس کا سبب ہو تو بہت اچھی دوا ACID -PHOS

☆ ہاضمہ کی خرابی، بھوک کا نہ ہونا، پیاس بہت لگنا، پیشاب مقدار



میں زیادہ آنا اور پیشاب میں شکر کی زیادتی جس سے گردوں میں انفیکشن ہو، کینسر یا ٹی بی کی وجہ سے جگر کے فعل میں کمی، ہائی بلڈ پریشر اور کمزوری ہو تو URINIUM NIT۔

☆ پیشاب اور خون میں شکر آئے تو SYZYG۔

☆ مریض بہت کمزور ہو، پیاس زیادہ لگتی ہو اور اس کے ساتھ بے چینی پائی جائے تو ARS ALB۔

☆ پیشاب میں شکر کا آنا، قبض سخت اور کمزوری زیادہ اور گردوں کے فعل میں نقص ہو تو بہت اچھی دوا PLUM MET۔

☆ پیشاب کا بار بار اور بکثرت آنا، لبلبہ کے نقص کی وجہ سے ذیابیطس ہو تو PHOS۔

☆ پیشاب بکثرت آتا ہو، پیشاب میں شکر ہو، پیاس، کمزوری، زبردست اشتہاء اور قبض ہو، منہ اور جلد خشک اور اس کے ساتھ ذیابیطس سادہ بھی ہو تو بہترین دوا LACT ACID۔

☆ ہونٹ خشک، منہ کا ذائقہ کڑوا، سستی کاہلی، پست ہمت ہونا، چاہے بھوک یا پیاس کی شدت نہ ہو، غذا نہ کھا سکنے کے باوجود مریض کمزور ہوتا جا رہا ہو تو بہترین دوا BRY۔

☆ جگر میں نقص، پیاس زیادہ لگتی ہو، پیشاب بار بار اور بکثرت آتا ہو، قبض اور پاخانے ہلکے رنگ کے ہوں تو CHION۔





☆ ذیابیطس کے مریض کے خون اور پیشاب میں شکر کی موجودگی ہو تو AEGLE FOLIA۔

☆ صبح کے وقت پیشاب کا بکثرت آنا اور پیشاب میں شکر ہو تو NAT SULPH۔

☆ پیشاب کی زیادتی، پیاس، بھوک کبھی کم کبھی زیادہ ہوتی ہے۔ جلد پیلی اور ذیابیطس شکری ہو تو RHUS AROMATICA

☆...... ذیابیطس سادہ۔ DIABETES INSIPIDUS:

یہ مرض Pituitary گلینڈ کے خراب ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے جس میں مریض دن رات زیادہ مقدار میں پیشاب کرتا ہے لیکن صاف اور بلا رنگ کے ہوتا ہے مریض معمول سے زیادہ پانی پیتا ہے، پیشاب میں شکر اور البیومن نہیں ہوتی، جلد و جسم خشک اور کھردری ہوتی ہے، جسمانی و دماغی کمزوری بہت محسوس ہوتی ہے اور غشی کا طاری ہونا وغیرہ پایا جاتا ہے۔ یہ مرض عموماً تفکرات، دلی صدمہ، غم و غصہ، اعصابی تناؤ، ناکافی اور ناقص غذا، فاقہ کشی، سردی لگنا، دماغی محنت اور کثرت مجامعت، آتشک اور بکثرت شراب نوشی وغیرہ کی وجہ سے لاحق ہوتا ہے۔

علاج:



☆ ذیابیطس سادہ ، پیشاب کا بکثرت اور بار بار آنا، رنگ گدلا اور میٹھی بو کا ہونا ہوتو ARG MET۔

☆ پیشاب بکثرت آنا، جلد پر خارش خاص کر رانوں میں ہو،غم کی وجہ سے اعصابی تناؤ ،زیادہ دماغی محنت اور کثرت مجامعت کی وجہ سے ہوتو NAT SULPH۔

☆ پیشاب کا دن رات بار بار آنا، بے رنگ، بغیر شکر اور بو کے ساتھ ہوتو SCILLA۔

☆ رات کو بار بار پیشاب آتا ہوتو MUREX۔

☆ پیشاب کی مقدار میں زیادتی ، رنگ پیلا ،شدید جلن ، نہ ختم ہونے والی شدید پیاس ، شدید کمزوری ،مزمن اسہال ،ذیابیطس جس میں شکر ہو یا نہ ہوتو ACET ACID۔

پرہیز اور احتیاطی تدابیر: نشاستہ والی غذا، چربی والا گوشت، کریلا، گرم اور ترش اشیاء سے پرہیز کریں، مچھلی ،انڈے، دودھ بغیر بالائی کے یخنی اگر طبیعت کے موافق ہوں تو نوش کریں اور ہر خوراک کا اثر نوٹ کریں۔ جب کوئی چیز بدہضمی پیدا کرے اور مزاج کے خلاف ہوتو ترک کردیں، چنے اور چھان کی روٹی کا استعمال کریں، برداشت کے مطابق ورزش کریں ،سرد ہوا اور سرد موسم مریضوں کے لئے نقصان دہ ہے اس سے اپنے آپ کو محفوظ رکھیں۔

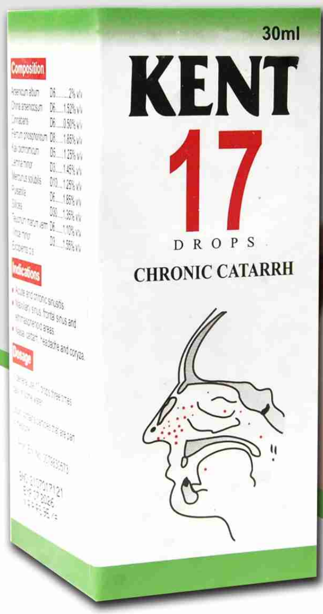
☆☆............☆☆............☆☆



KENT 17
Drops



ناک کی بڑھی ہوئی ہڈی
کا بغیر آپریشن علاج





بند ناک



نزلہ وزکام



جھلی کا ورم



بلغم کی زیادتی

کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 22
Drops
سوزش اور ورم کے لیے
30ml
KENT
22
DROPS
سوزش اور ورم کے لئے
ناک، کان اور گلے کی سوزش
غدود کی سوزش
نئی اور پرانی سوزش کے لیے
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



ہومیو پیتھک ڈاکٹر احمد حسن

سرگودھا





انسولین کی ناکافی افزائش کا ایک کیس



ڈاکٹر زید کے والدین اور بہت سے خونی رشتہ دار ذیابیطس میں مبتلا تھے۔ خود ڈاکٹر زید جو اس وقت 55 سال کے ہو چکے تھے ،بیس سال سے زائد عرصہ سے اس مرض میں گرفتار تھے جب ڈاکٹر صاحب نے بغرض علاج ہم سے رجوع کیا تو ذیابیطس کے سبب ان کا وزن پچھتر کلوگرام سے کم ہو کر 66 کلوگرام تک آ چکا تھا۔

پانچ فٹ چھ انچ قد کے اس مریض نے عام انگریزی علاج معالجہ اور غذائی پرہیز کے ذریعے کسی حد تک ذیابیطس کو کنٹرول کیا ہوا تھا(میڈیکل ڈاکٹر عموماً یہی کہتے ہیں چونکہ ان کے ہاں ذیابیطس کا مرض لاعلاج ہے اور اسے محض کسی حد تک قابو کیا جا سکتا ہے)۔

ہمارے اس مریض کے اوپری جسم کے مقابلے میں اس کا پیٹ کافی بڑھا ہوا تھا اور اگرچہ وہ میٹھے سے سخت پرہیز کرتا تھا لیکن اسے شیریں اشیاء کی شدید طلب رہتی تھی۔ کھانے پینے میں وہ گرم گرم اشیاء پسند کرتا تھا اور اسے اسی طرح کا کھانا پینا راس بھی آتا تھا۔ مریض ایک ایسے خاندان سے تھا کہ جس کے بیشتر افراد اعلیٰ تعلیم یافتہ تھے۔ مریض کو جانے پہچانے لوگوں کی صحبت پسند تھی اور اجنبی اور غیر لوگوں سے وہ بہت کم گھلتا ملتا تھا۔

کارگاہ حیات میں اس مریض کو اپنے والدین کی خدمت کا بہت اچھا موقع ملا تھا اور اس کی کوشش ہوتی تھی کہ اپنے بہن بھائیوں سے بڑھ چڑھ کر والدین کی خدمت بجالائے۔ اس کے بیشتر بہن بھائی کینیڈا اور امریکہ میں مقیم تھے اور والدین کو روپیہ پیسہ بھیجتے رہتے تھے تاہم ہمارے مریض کا خیال تھا کہ والدین کی حقیقی خدمت وہی بجالا رہا تھا چنانچہ وہ چاہتا تھا کہ اسکے والدین اسے پسند کریں اور یہ جان سکیں کہ اس نے ان کی خوب خدمت کی ہے۔

ہمارے اس مریض کو نفخ کی شکایت بھی رہتی تھی اور اس کے بال جوانی ہی میں سفید ہوگئے تھے۔ علاوہ ازیں کنپٹیوں اور پشت سر کے علاوہ اس کے سر کے تمام بال گر چکے تھے۔ یہ مریض گرم مزاج کا حامل تھا اور گرم کمرے میں گھٹن محسوس کرتا تھا۔

13 نومبر 2012ء کو اس کا بلڈ ٹیسٹ درج ذیل تھا۔

BLOOD WORK=INSULIN FASTING 3.16 ulu/ml(3.0-28.0),HBAIC 8.9(4.0-6.0),S.Creatinine 1.6mg/dl (0.4-1.4),S.Cholesterol 193mg/dl (-200),S.Triglycerides 159mg/dl



(50-150),V.L.D.L 32mg/dl (-25), L.D.L 117 mg/dl (-100),H.D.L 44mg/dl (desirable 60 mg/dl or more).

URINE

PROTEIN +

نسخہ۔مورخہ 13 نومبر 12ء۔

مریض کو صبح دوپہر شام لائیکوپوڈیم 6C پر رکھا گیا۔ نیز اسے دن میں تین بار کریٹیگس Q کے دس دس قطرے ایک کپ پانی میں حل کر کے لینے کو کہا گیا۔ اسے میٹھی اشیاء کے استعمال سے منع کیا گیا اور نشاستوں کے استعمال میں کمی لانے اور پروٹین اور خالص گھی اور مکھن پر مشتمل غذاؤں میں اضافہ کرنے کی ترغیب دی گئی۔ نیز مریض کو اپنی خوراک چھوٹے چھوٹے حصوں میں منقسم کر کے دن میں کئی بار لینے کی باقاعدہ تربیت دی گئی۔

واضح رہے کہ بلڈ شوگر، امراض قلب اور بلڈ لپیڈز کے مریضوں کی خراب حالت میں فوری بہتری لانے کے لئے درج بالا نوع کی غذا کا استعمال بہت ضروری ہوا کرتا ہے اور یہی وہ واحد طریقہ ہے جس پر کاربند رہ کر مریض اپنی تکالیف میں حقیقی کمی لا سکتے ہیں۔ آپ یہ بھی دیکھتے ہیں کہ اس مریض کا لبلبہ بہت کم مقدار میں انسولین تیار کر رہا ہے اور اگر ہم مریض کے نظام تحول (میٹابولزم) سے کاربوہائیڈریٹس کا بوجھ بہت حد تک کم نہیں کر دیتے تو لازماً اسے انسولین کے استعمال سے رجوع کرنا پڑے گا۔ ایک ایلوپیتھ اس مرحلے پر اپنے مریض کو انسولین تجویز کر دے گا نیز وہ مریض کے لپیڈز میں کمی لانے کے لئے اسے statins تجویز کرے گا حالانکہ یہ ادویہ محض عارضی فائدہ دے سکتی ہیں اور نہ تو مفید کولیسٹرول میں اضافہ کرنے کی صلاحیت رکھتی ہیں اور نہ ہی مضر اثرات سے پاک ہیں اس کے برعکس ہم نے اس مریض کے لئے کریٹیگس تجویز کی ہے جو خون کی نالیوں میں جمنے والے مادوں کو تحلیل کرنے میں اپنا ثانی نہیں رکھتی۔ ذرا بورک سے لی گئی درج ذیل عبارت کو پڑھیے جس پر ہم نے اپنے نسخہ کی بنیاد رکھی ہے۔





Acts on muscle of Heart, and is a Heart tonic.No influence on the endocardium. Arteriosclerosis.Said to have a solvent power upon crustaceous deposits in arteries.

اوراب ذراFrans Vermeulen کے میٹریا میڈیکا سے درج ذیل بیان ملاحظہ کیجئے۔

High Arterial tension,Does not produce any cumulative action.

اور آخر میں کریٹیگس کی وہ داستان کہ جوڈاکٹر رابن مرفی نے اپنی کتاب keynotes of Materia medica میں بیان کی ہے۔

آئرلینڈ کے ڈاکٹر گرینے(Dr. Greene) کافی عرصہ تک بڑی کامیابی سے مریضان قلب کا علاج کرتے رہے تاہم ڈاکٹر موصوف نے اپنی دوا کا نام صیغہ راز میں رکھا۔ ڈاکٹر گرینے کی شہرت پورے ملک برطانیہ میں پھیل گئی اوراس نے خوب دولت کمائی۔ پھراس کی موت کے بعداس کی بہن نے اس دوا کا نام ظاہر کردیااور یہ دواتھی کریٹیگس ۔ کریٹیگس کیوں کر مریضان قلب کو شفاء دیتی ہے۔اس کا راز اسی میں مضمر ہے کہ یہ خون کی نالیوں کی بندشوں کوکھولنے کی قدرتی صلاحیت رکھتی ہے۔ کریٹے گس کی اسی صلاحیت سے ڈاکٹر گرینے نے کام لیااوراس دوا کی اسی صلاحیت سے آج ہم بھی استفادہ کررہے ہیں۔

اوراب کچھ سطور بعد کے علاج کے بارے میں۔

مورخہ 5 دسمبر 12ء: صبح ناشتہ کے تین گھنٹے بعد مریض کی بلڈ شوگر 102mg/dl تھی۔ مریض نے بتایا کہ اب بھی اس کی ہرتیسری یا چوتھی نبض چھوٹ جاتی تھی (اس علامت کا اظہار مریض نے اس دوسری نشست ہی میں کیا ہے) نسخہ بدستور۔

مورخہ 16 دسمبر 12ء: صبح نہار منہ بلڈ شوگر 105mg/dl مریض پہلے کی نسبت بہت بہتر محسوس کرتا تھا۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 6 جنوری 13ء: مریض کی ہر تیسری یا چوتھی نبض اب بھی چھوٹ رہی تھی۔ نسخہ بدستور

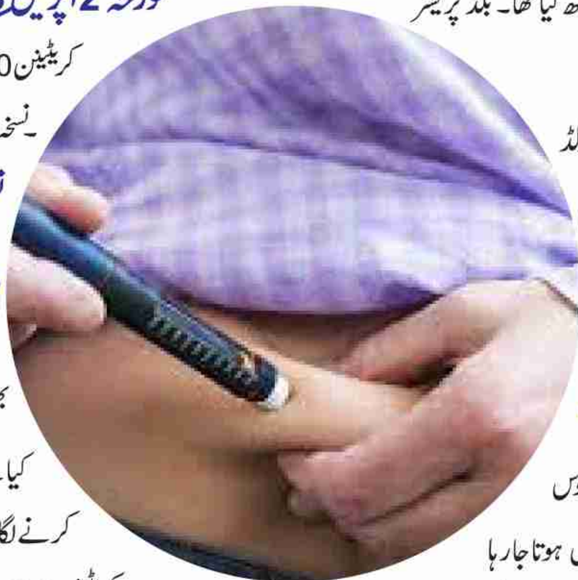
مورخہ 18 جنوری 13ء: نبض چھوٹنے میں کمی آ گئی مگر مریض کا creatinine مزید بڑھ کر اب 1.8mg/dl ہو گیا تھا اور اس کا بلڈ پریشر بھی قدرے بڑھ گیا تھا۔ بلڈ پریشر 140/100 نسخہ بدستور۔

مورخہ 27 جنوری 13ء: بلڈ پریشر 145/90۔ بلڈ شوگر رینڈم 141mg/dl۔ سیرم کریٹینین 1.5mg/dl۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 7 فروری 13ء: مریض بہت بہتر محسوس کرتا ہے۔ بلڈ پریشر بتدریج نارمل ہوتا جا رہا ہے۔ بلڈ شوگر رینڈم 108mg/dl سیرم کریٹینین 1.4۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 18 فروری 13ء: مریض بہت بہتر محسوس کرتا ہے۔ بلڈ شوگر رینڈم 97mg/dl۔ سیرم کریٹینین 1.2۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 1 مارچ 13ء: نماز پڑھتے وقت جسم میں لرزہ محسوس کرتا ہے۔ مجموعی طور پر بہترین محسوس کرتا ہے۔ بلڈ شوگر رینڈم 95mg/dl۔ کریٹینین 1.3۔ نسخہ بدستور۔



مورخہ 11 مارچ 13ء: عرصہ پہلے کندھے کے قریب ایک پھوڑا نکلا تھا جو مندمل ہو گیا اور وہاں ایک ابھار سا رہ گیا تھا۔ اس ابھار سے خون ملی پیپ آنے لگی ہے۔ بلڈ شوگر رینڈم 81mg/dl کریٹینین 1.2۔ وزن 64 کلوگرام۔ نسخہ بدستور۔

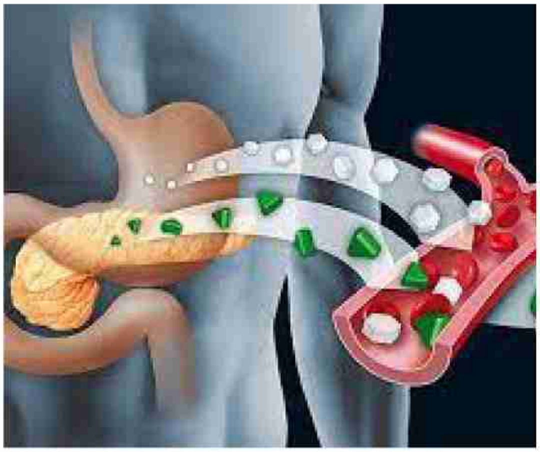
مورخہ 29 مارچ 13ء: مریض مسلسل بہتری محسوس کر رہا ہے۔ سیرم کریٹینین 1.0mg/dl۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 2 اپریل 13ء: بہتری محسوس کرتا ہے۔ سیرم کریٹینین 1.0۔ بلڈ شوگر رینڈم 127mg/dl۔ نسخہ بدستور۔

نسخہ ۔ مورخہ 10 جون 2013ء: مریض جو کہ عرصہ دراز سے نامردی کا شکار تھا (اس علامت کا بھی مریض نے پہلی مرتبہ اظہار کیا ہے) اب جنسی عمل میں بہتری محسوس کرنے لگا ہے۔ بلڈ شوگر رینڈم 123mg/dl۔ سیرم کریٹینین 0.9۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 29 جون 13ء: بہتری محسوس کرے۔ بلڈ شوگر رینڈم 106mg/dl۔ HBAIC 5.5۔ اس ٹیسٹ سے واضح ہے کہ ہمارا مریض ذیابیطس کے محفوظ ترین مقام پر پہنچ گیا ہے۔ نسخہ بدستور۔

مورخہ 14 اگست 13ء: بلڈ شوگر رینڈم 114mg/dl۔ سیرم کریٹینین 1.0mg/dl۔ بہترین محسوس کرے۔ نسخہ بدستور۔



اب مریض کو آہستہ آہستہ صحت بخش نشاستوں کے استعمال کو بڑھانے کی ہدایت کی گئی ہے۔صحت بخش نشاستے زیادہ تر سبزیات اور کم میٹھے پھلوں پر مشتمل ہوتے ہیں۔گندم، چاول، مکئی اور آلو وغیرہ میں فوری طور پر بلڈ شوگر میں اضافہ لانے کی صلاحیت پائی جاتی ہے اور ایسی خوراک سے ان مریضوں کی بیماری میں کمی لانے میں مدد نہیں ملتی کہ جن کا لبلبہ کافی مقدار میں انسولین کی افزائش کرنے سے قاصر ہو۔

مورخہ 18 ستمبر 13ء: مریض مکمل طور پر صحت مند ہے۔کوئی تکلیف محسوس نہیں کرتا۔اپنی زندگی سے مطمئن ہے۔ناشتہ کے تین گھنٹے بعد کی رینڈم بلڈ شوگر 124mg/dl۔نسخہ بدستور۔

مورخہ 13 اکتوبر 13ء: مریض کو زکام اور معمولی بخار کا شکایت لاحق ہوئی۔اس کا زکام بھیگ جانے سے بڑھا تھا۔اسے چھینکیں آتی تھیں اور گلے کے پکے ہونے کا احساس تھا۔ناک کی ہڈی میں دکھن اور سوجن کا احساس ناک میں سرسراہٹ۔چند روز کے لئے دیگر ادویہ روک کر مرکیورس کا استعمال کرایا گیا۔دوتین روز میں مریض شفایاب ہوگیا اور اس نے اپنا پرانا نسخہ جاری کرلیا۔

مورخہ 7 نومبر 13ء: اب مریض کی نبض کا چھوٹنا بہتر ہو چکا ہے۔کبھی کبھار ہر چودھویں یا پندرہویں نبض چھوٹ جاتی ہے۔بلڈ شوگر رینڈم 113mg/dl۔نسخہ بدستور۔

مورخہ 24 نومبر 13ء: مریض مجموعی طور پر بہتر محسوس کرتا ہے لیکن اس کی بلڈ شوگر رینڈم بڑھ کر 155mg/dl ہو گئی ہے جبکہ سیرم کریٹینن 1.6 ہو گیا ہے۔مریض حلق میں خشکی محسوس کرتا ہے اور اس کے پیشاب میں قدرے زیادتی آ گئی ہے۔

نسخہ۔دیگر دوادویہ کے ہمراہ مریض کو دن میں تین بار دس دس قطرے سائیزیجیم Q کے لینے کو کہا گیا۔دن میں تین بار دس دس قطرے نصف کپ پانی کے ہمراہ!

مورخہ 26 دسمبر 13ء: مریض بہت بہتر محسوس کرتا ہے۔اس کا بلڈ پریشر 140/80 اور لیبارٹری ٹیسٹ درج ذیل ہیں۔

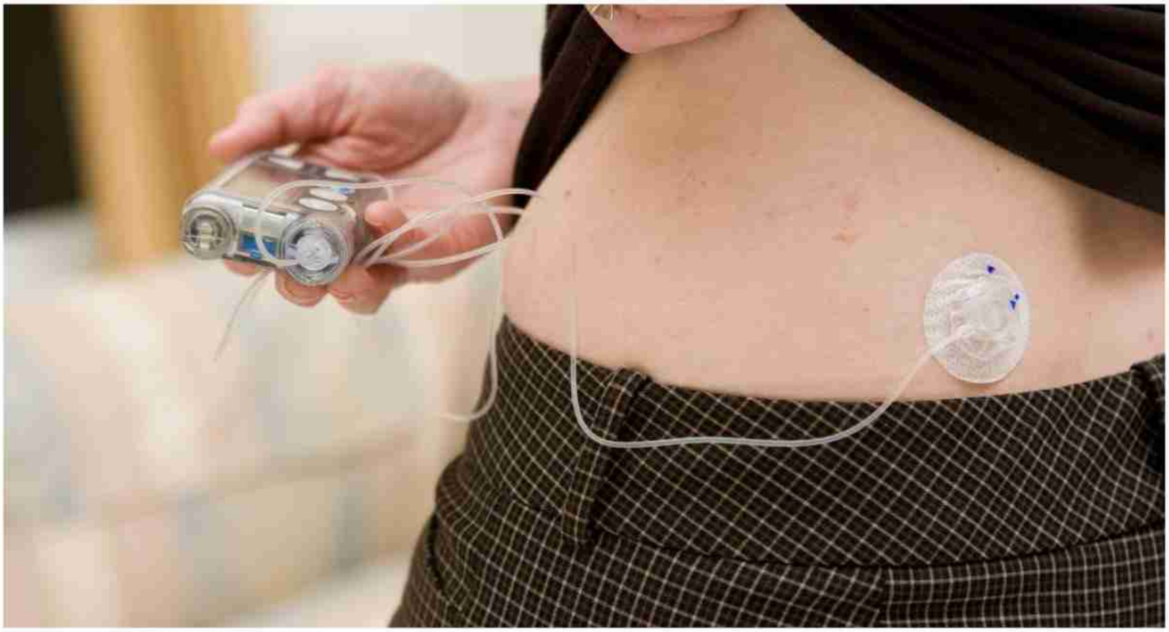
BLOOD TESTS:

F.B.S 107mg/dl,S.CREATININE 1.0mg/dl,S.CHOLESTEROL 208mg/dl S.TRIGLYCERIDES 147mg/dl L.D.L 137mg/dl,H.D.L 42mg/dl V.L.D.L 29mg/dl,S.G.P.T 35u/l

URINE TEST:

SPECIFIC GRAVITY 1018 SUGAR TRACE,PUS CELLS 2-3

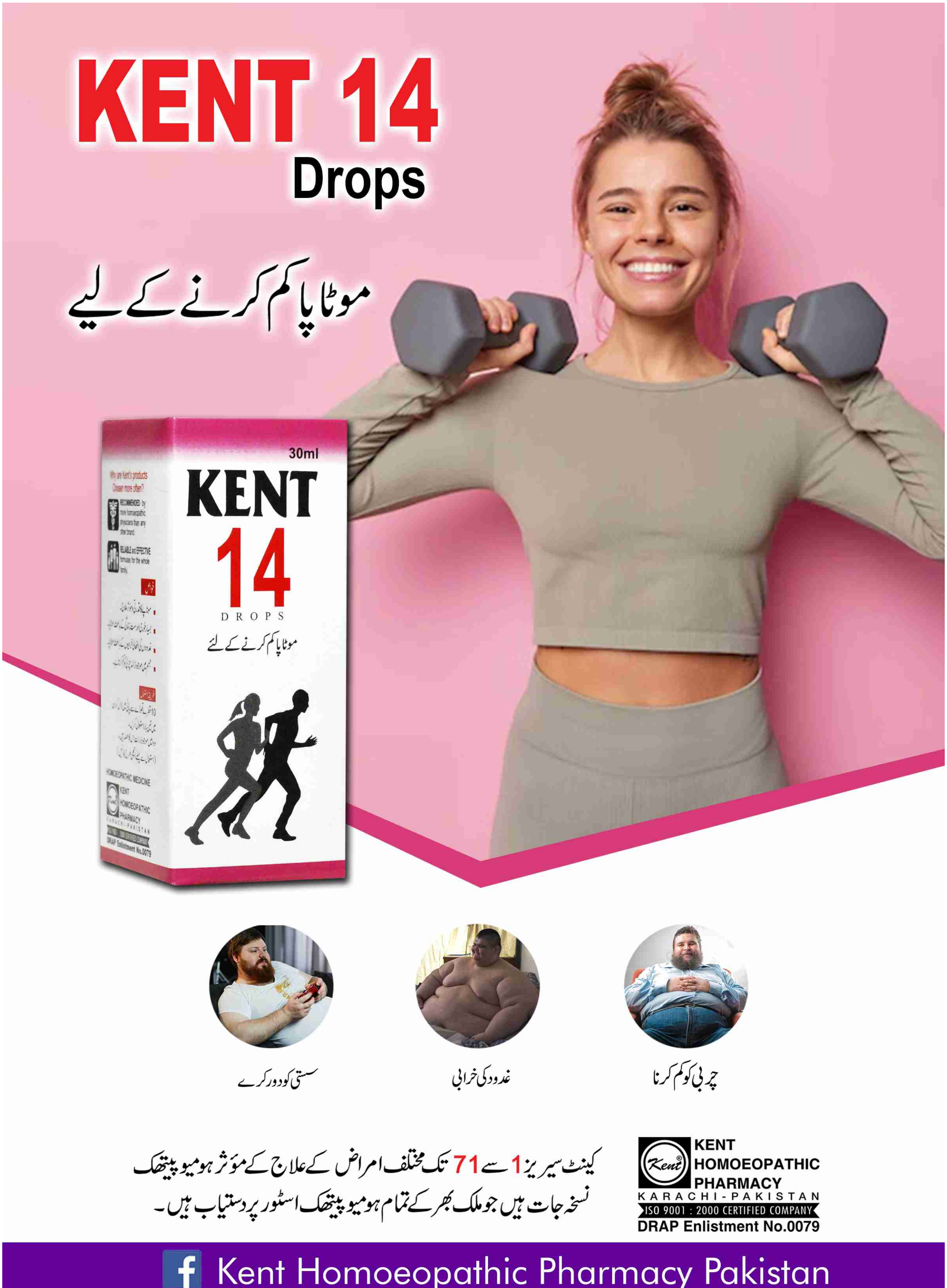
☆...... **کیس پر ایک مختصر تبصرہ:** اس مریض کا علاج ابھی جاری ہے اور تا حال اس کے انجام کے بارے میں کوئی حتمی نتیجہ اخذ



نہیں کیا جاسکتا۔ جب مریض نے اس مطب سے رجوع کیا تو اس وقت عام علاج معالجہ کی رو سے اسے انسولین پر ڈالنا ضروری خیال کیا جا رہا تھا تاہم مریض کے والد اور کئی دوسرے عزیز و اقارب انسولین اور اسٹیٹن ادویہ (statins) پر ہونے کے باوجود کئی طرح کی پیچیدگیوں کا شکار ہو چکے تھے چنانچہ انہی امور کے پیش نظر مریض نے ہومیو پیتھک علاج سے رجوع کرنا مناسب خیال کیا۔

اب جہاں تک اس معالجہ کا تعلق ہے تو مذکورہ بالا روئیداد سے عیاں ہے کہ مریض کا بلڈ پریشر بتدریج نارمل کے قریب آرہا ہے۔ اس کے گردے پر دباؤ میں بھی مسلسل کمی آئی ہے اور اس کے لپیڈز بھی ہومیو پیتھک علاج کے زیر اثر بہتر رہے ہیں۔ جہاں تک بلڈ پریشر کا تعلق ہے تو وہ بھی نارمل حدود میں ہے۔ توقع کی جاسکتی ہے کہ مریض بتدریج اور بھی بہتر ہوگا اگرچہ وہ اب بھی اپنے آپ کو بہترین خیال کرتا ہے۔ ☆☆............☆☆............☆☆




KENT 14
Drops
موٹاپا کم کرنے کے لیے
30ml
KENT
14
DROPS
موٹاپا کم کرنے کے لئے
چربی کو کم کرنا
غدود کی خرابی
سستی کو دور کرے
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

کتاب لیکچرز آن ہومیو پیتھی سے اقتباس

پلساٹیلا بچے



ہومیو پیتھک ڈاکٹر بنارس خان اعوان
واہ کینٹ

پلساٹیلا اگرچہ صنف نازک کی دوا سمجھی جاتی ہے تاہم جہاں تک بچوں کا معاملہ ہے اس میں دونوں طرح کے بچے شامل ہوتے ہیں یعنی لڑکے اور لڑکیاں بھی لیکن سن بلوغت کو پہنچنے سے پہلے پہلے آکثر لڑکے پلساٹیلا کے دائرہ کار سے باہر نکل کر دوسری مختلف مزاجی دواؤں میں چلے جاتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ بعض لڑکے جو شروع میں گوری رنگت کے ہوتے ہیں بتدریج گندمی رنگ اختیار کر جاتے ہیں۔ پلساٹیلا بچے نہایت جذباتی، معصوم اور ہمدردی کے بھوکے ہوتے ہیں۔ اگر آپ کسی ایسے بچے کو دیکھیں جو بڑی شرافت سے قدرے ڈرا سہا والدین کے ساتھ چمٹ کر لگا ہوا ہو تو آپ کو گمان کرنا چاہیے کہ یہ پلساٹیلا ہوسکتا ہے۔ **یہ بچے دوسروں کی قربت اور ہمدردی کے بھوکے ہوتے ہیں، روتے ہوئے بچے کو اٹھائیں اور سینے سے لگائیں تو بچہ چپ ہو جاتا ہے یہ پلساٹیلا بچے کی کلیدی علامت ہے۔**

ڈاکٹر کے ویٹنگ روم میں اگر مختلف چیزیں مثلاً کتابیں کھلونے وغیرہ بھی پڑے ہوں تو آپ دیکھیں گے کہ اس کے باوجود بچہ آسانی سے والدین سے جدا ہو کر کھلونوں سے کھیلنے کی جرات نہیں کرتا۔ کسی محفل میں اگر آپ دیکھتے ہیں کہ بہت سارے بچے کمرے کے فرش پر کھلونوں سے کھیل رہے ہیں لیکن ایک بچہ ماں کی گود نہیں چھوڑ رہا تو یہ پلساٹیلا ہوگا یا ہوگی بلکہ یہ جتنا زیادہ بیمار ہوگا اتنا ہی والدین کے سینے سے چمٹا ہوگا یا سکڑ کر گود میں بیٹھا ہوگا۔ جوں ہی ماں اسے اٹھا کر کمرے میں داخل ہوتی ہے، ڈاکٹر کو دیکھتے ہی یہ بچہ مزید مضبوطی سے ماں کے ساتھ چمٹ جاتا ہے۔ سلیشیا، سینی کیولا، انٹم کروڈ، کیمومیلا، ٹیوبر کولینم اور سائنا ایسے بچے ہوتے ہیں جو ڈاکٹر کے ساتھ بڑے نان کو آپریٹو ہوتے ہیں۔

یہ بچہ والدین سے دور ہو کر خود کو غیر محفوظ سمجھتا ہے۔ اگر یہ بچہ کچن میں ماں کے پاس فرش پر بیٹھا ہوا ہے اور ماں کھانا پکا رہی ہے، اب اگر اس کی ماں برتن لینے کے لئے کھڑی ہوتی ہے تو یہ اسی لمحہ رو کر ماں کی طرف جھپٹے گا اسے یہ خوف ہوتا ہے کہ ماں اسے چھوڑ کر جا رہی ہے۔ پلساٹیلا بچہ جب روتا ہے تو آنسوؤں کی جھڑی سی لگ جاتی ہے۔ ماں کے ساتھ سارا دن یہ ڈرامہ لگا رہتا ہے ادھر ماں کسی کام کرنے کو ذرا دور ہوئی ادھر رونا دھونا شروع ہوگیا۔ ماں گھر کا کوئی کام تسلی سے نہیں کرسکتی، یہ ماں کے ساتھ ہر وقت Toe,chain رہتا ہے۔ آرسینکم بچے بھی ماں کے ساتھ چمٹا رہنا پسند کرتے ہیں۔ آرسینکم بچے کو ماں جب گود سے اتار کر بستر پر لٹانا چاہتی ہے تو یہ بچے ماں کو خوب زور سے پکڑ لیتے ہیں، ماں کو زبردستی اپنے آپ کو چھڑانا پڑتا ہے اس دوران بچے خوب چیخ و پکار کرتے ہیں۔ بچوں کے ایسے رویے کو ریپرٹری کی زبان میں cling child کہتے ہیں۔ پلساٹیلا بچہ آپ کی آغوش میں آکر موم ہو جاتا ہے، بڑی راحت محسوس کرتا ہے لیکن جب آپ اسے گود سے اتار کر بستر پر لٹانا چاہتے ہیں تو بڑی اداس نظروں سے آپ کی طرف دیکھتا ہے اور یہ نظریں کہہ رہی ہوتی ہیں، مجھے واپس گود لے لیں، پلیز نیچے نہ اتاریں۔ **آرسینک ذہنی عدم تحفظ کی جب کہ پلساٹیلا جذباتی عدم تحفظ کی دوا ہے۔**

اس کا موڈ یوں بدلتا ہے کہ چہرے پر ابھی آنسوؤں کی جھڑی لگی ہوتی ہے، رخسار ابھی خشک نہیں ہوتے کہ پیار کرنے پر ہنسنا بھی شروع کر دیتا ہے۔ پلساٹیلا بچے کو جب بھاگتے دوڑتے،

کھیل کے دوران چوٹ لگ جائے تو آپ اس روتے بچے کو فوراً گود لے لیں، پیار کریں تو فوراً اپنی تکلیف بھول جاتے ہیں اور چپ ہو جاتے ہیں۔ یہ بچے ہر معاملہ کو رات گئی بات گئی کی طرح بھول جاتے ہیں اس حوالے سے یہ نیٹرم میور سے یکسر مختلف ہیں۔

نظر انداز کئے جانے کا خوف اس بچے میں کوٹ کوٹ کر بھرا ہوتا ہے۔ یہ پلساٹیلا کی سب سے بڑی کمزوری ہے اور یہ پلساٹیلا کی کلاسیکل کلیدی علامت ہے۔ یہاں تک کہ اگر والدین اس کا خیال رکھنا چھوڑ دیں تو اسے بخار بھی ہو سکتا ہے یا مثلاً پاپا نے کہہ دیا کہ آج میں آپ سے ناراض ہوں میں آپ سے بات نہیں کرتا اور واقعی اس دن اگر اس بچے سے بات چیت کرنا چھوڑ دیں تو عین ممکن ہے کہ شام تک بچے کو بخار ہو جائے اس بچے کو ہر لمحہ پیار اور محبت کی یقین دہانی کرانا پڑتی ہے۔ پلساٹیلا میں یہ بنیادی کمزوری ہے کہ یہ نظر انداز کئے جانے کے خیال سے بہت خوف کھاتا ہے اور یہ احساس بچے کی نفسیات میں بڑا اہم کردار ادا کرتا ہے۔ اگر والدین گھر میں آئے مہمانوں کو زیادہ وقت دیں تب بھی یہ بچے نظر انداز کئے جانے کے احساس سے اپ سیٹ ہو جاتے ہیں۔ بار بار کمرے میں آ کر کسی نہ کسی بہانے مداخلت کرتے رہیں گے۔ ڈے کیئر سینٹر میں رکھے جانے والے بچے اکثر پلساٹیلا کے مریض ہوتے ہیں۔

ایسے بچوں کی ماں اپنے بچے کے بارے میں بڑے فخر سے ڈاکٹر کو بتاتی ہے کہ اس کا بچہ (یا بچی) بڑا تابع فرمان ہے اور گھر کے کام کاج میں اس کا ہاتھ بٹاتا ہے اور جو کہا جائے فوراً مان جاتا ہے۔ ماں جب ڈاکٹر کو بچے کی بیماری کے بارے میں بتاتی ہے تو اس دوران یہ بچہ شرم و جھجک کی وجہ سے نیچے فرش پر نظریں گاڑھے رکھتا ہے۔ یہ بچہ اول تو ڈاکٹر کے سوالوں کے جواب دینے سے گریز





کرتا ہے تاہم بار بار پوچھنے پر یا تو نفی یا اثبات میں گردن ہلا دے گا یا نہایت دھیمی آواز میں جواب دے گا۔ ایسے بچوں سے معالج جب بلاواسطہ سوال و جواب کا سلسلہ شروع کرتا ہے تو پلساٹیلا بچوں کی یہ کوشش ہوتی ہے کہ ان کے بجائے ان کے ماں باپ جواب دیں یا مثلاً آپ بچوں سے سوال کرتے ہیں کہ آپ کو کہاں درد ہوتا ہے؟ تو بچہ جواب دینے کے بجائے ماں کے کان میں سرگوشی سے کہے گا پیٹ میں۔ ماں یہ جواب سن کر آگے ڈاکٹر کو بتائے گی۔

یوں محسوس ہوتا ہے جیسے بچہ کو ہر سوال کا جواب دینے کے لئے بڑی طاقت لگانا پڑتی ہے جیسے سلیشیا کو پاخانہ پر زور لگانا پڑتا ہے۔ یہ بچے یوں سمٹ سمٹا کر بیٹھے ہوتے ہیں کہ گمان ہوتا ہے کہ ابھی انہیں بلوغت تک پہنچنے میں کافی وقت لگے گا۔

خوداعتمادی کے فقدان اور جھجک کے حوالے سے یہ لائیکوپوڈیم سے ملتی جلتی ہے تاہم لائیکوپوڈیم کے برعکس بڑی نرم خو دوا ہے۔ طبیعت میں سختی، درشتگی، جارحیت یا کمینہ پن نہ ہونے کے برابر ہوتا ہے۔ دوسروں پر انحصار بہت کرتی ہے۔ مارکیٹ جانا ہو، کسی تقریب میں جانا ہو اسے لازمی کوئی ساتھ لے جانے والا ہو۔ ایسے بچوں سے آپ اکثر سنیں گے، میں نے فلاں جگہ جانا تھا، کوئی ساتھ جانے والا ہی نہیں۔

یہ بچہ جب محفل یا تقریب میں جاتا ہے تو سلیشیا، لائیکوپوڈیم یا برائیٹا کارب کی طرح جھجک کے مارے وہاں پر موجود بچوں میں آسانی سے گھل مل نہیں سکتا۔ دور سے دوسرے بچوں کو کھیلتا دیکھتا رہے گا تاوقتیکہ کوئی فاسفورس یا سلفر بچہ آگے بڑھ کر اس کا ہاتھ نہ تھام لے اور اسے کھیل میں شامل کر لے اور یوں یہ ماحول میں گھل مل جائے گا۔ نیٹرم میور بچے بھی کھیل میں شریک ہونے سے گریز کرتے ہیں لیکن ایسا ان کی انا پرستی کے سبب ہے۔ لائیکوپوڈیم بھی گریز کرتے ہیں لیکن ایسا ان کی فطری جھجک کی وجہ سے ہے۔ اورم

میٹ بھی گریز کرتے ہیں لیکن ایسا ان کے احساس برتری کے سبب سے ہے۔

یہ بچے گھر کے مانوس افراد سے کسی قسم کی جھجک محسوس نہیں کرتے خوب ہنستے کھیلتے ہیں لیکن گھر میں آئے مہمانوں سے کنی کتراتے ہیں۔ نئے ماحول میں آسانی سے فٹ نہیں ہوتے۔ اگر گھر میں کسی بات پر روٹھ جائیں تو چپ سادھ لیتے ہیں اور منہ بسورے رکھتے ہیں۔ یہ بچے سلفر، لائیکوپوڈیم، ٹیوبرکولینم یا میڈورینم وغیرہ کی طرح کھلم کھلا احتجاج کرنے کے بجائے روٹھ جانا زیادہ پسند کرتے ہیں کیونکہ ان میں لیڈر والی کوالٹی نہیں ہوتی۔ اگر دوران کھیل ٹیم لیڈر انہیں کھیلنے سے منع کردیں، نکال باہر کریں تو چپ چاپ روٹھ کر الگ ہوجائیں گے اور رونا بسورنا شروع کردیں گے جبکہ آخرالذکر ادویات یا تو مسئلے کا حل تلاش کرتی ہیں یا لیڈر سے جھگڑا کرلیتی ہیں۔ اسٹفی کی مانند اپنے حق کے لئے لڑنا پلساٹیلا کے لئے بھی ممکن نہیں ہوتا۔ اسٹفی باہر بچوں سے مار کھا کر آجاتا ہے لیکن گھر آکر شکایت نہیں کرتا۔ اس بے چارے کو ہر کوئی دبا لیتا ہے۔ زندگی تو اسٹفی کی ہوتی ہے لیکن اسے بسر کوئی اور کرتا ہے۔

پلساٹیلا بچہ اکثر اپنے والدین سے سوال کرتا ہے کہ پاپا آپ کو کون اچھا لگتا ہے؟ اس کی خواہش ہوتی ہے کہ والدین سب بچوں میں صرف اسی کے بارے میں کہیں کہ وہ انہیں بہت اچھا لگتا ہے۔ پیار اور محبت کے جواب میں پیار اور محبت کا شدید طلبگار ہوتا ہے۔ رات والدین کے پاس لیٹے ہوئے اکثر انہیں بوسہ دیتا رہے گا۔ بڑا اطاعت شعار اور فرمانبردار ہوتا ہے۔

کام کاج کے دوران یہ بچہ یقین دہانی کی خاطر بار بار سوال کرتا رہتا ہے مثلاً امی دیکھیں میں نے یہ تصویر ٹھیک بنائی ہے؟ کپڑے صحیح استری کئے ہیں؟ برتن ٹھیک دھوئے ہیں؟ میں نے سر کے بالوں کی کنگھی ٹھیک طرح سے کی ہے؟ دیکھیں یہ دوپٹہ مجھ پر کیسا لگ رہا ہے وغیرہ وغیرہ۔



لباس کی تراش خراش کے حوالے سے یہ نیٹرم میور کی طرح خوش لباس ہوتا ہے تاہم ایک فرق جو اسے نیٹرم میور سے جدا کرتا ہے وہ یہ کہ نیٹرم میور کے لباس کے انتخاب میں سنجیدگی جبکہ پلساٹیلا کے لباس میں بچکانہ پن نظر آتا ہے۔

پلساٹیلا صاف ستھرا رہنا اور کمرے کی صفائی ستھرائی دوسروں سے شاباش اور پیار و محبت کے بول حاصل کرنے کے لئے کرتا ہے۔ نیٹرم میور کے اندر سے کوئی شے اسے صفائی ستھرائی پر مجبور کرتی ہے۔ پلساٹیلا کی تعریف کریں تو خوشی سے پھول جاتی ہے، نیٹرم میور کی تعریف کریں تو عجز وانکساری یا کجی کا اظہار کرنے لگتی ہے جبکہ فاسفورس سب سے نمایاں اور ہر دلعزیز نظر آنے کی خاطر ہر طرح کے جتن کرتی ہے۔ فاسفورس نے کوئی فرمائش کرنی ہو تو پہلے اس کے لئے خوشگوار ماحول بناتا ہے مثلاً پاپا! یہ دیکھیں، آج میرا ہوم ورک چیک کرنے پر مس نے مجھے اسٹار دیا ہے۔ آپ مجھے آئس کریم لادیں گے؟



قرب کی خاطر رات کو یہ بچے والدین کے پاس سونا پسند کرتے ہیں کئی بار رات کو جب ان کی آنکھ کھلتی ہے تو اٹھ کر والدین کے پاس جا لیٹتے ہیں اور یہ ساتھ لیٹنے کا رویہ کافی بڑی عمر تک رہتا ہے۔ پلساٹیلا اور فاسفورس جب کسی سے بغلگیر ہوتے ہیں تو خود سپردگی کے عالم میں خوب گھٹ کر ملتے ہیں۔ پنجابی میں آپ کہہ سکتے ہیں کہ خوب جپھا مار کر ملتے ہیں۔

ان کو ہمیشہ اس بات کا خوف ہوتا ہے کہ انہیں اس بھری دنیا میں کہیں اکیلا نہ چھوڑ دیا جائے۔ انہیں اس وقت بڑا جذباتی جھٹکا لگتا ہے جب اس گھر میں کوئی نیا بچہ پیدا ہوتا ہے۔ ایسے میں چونکہ فطری طور پر والدین کی توجہ نومولود کی طرف ہو جاتی ہے جسے پلساٹیلا بچہ اپنے حقوق کی پامالی اور اپنے پیار و محبت کے حق پر ڈاکہ سمجھتا ہے



اس کے دل میں حسد، چڑچڑاپن اور کئی جسمانی شکایات پیدا ہو جاتی ہیں اور یوں چھوٹے بہن بھائی کے ساتھ اس کا حسد سامنے آجاتا ہے مثلاً اگر ماں چھوٹے کا پمپر تبدیل کرنا چاہتی ہے تو بڑے صاحب اپنی کوئی فرمائش جاری کر دیں گے تاکہ ماں پمپر بدلنے کے بجائے اس کی طرف متوجہ ہو جائے، چھوٹا فیڈر کے ساتھ دودھ پی رہا ہو تو یہ دوبارہ سے اپنے لئے فیڈر کی فرمائش کر دیں گے۔ اگر والدہ توجہ کرنے میں ذرا سی دیر کر دے تو فوراً آنسوؤں کی لڑی لگ جاتی ہے۔ یوں یہ حسد اتنا بڑھتا ہے کہ بسا اوقات چھوٹے کو ناجائز طور پر تنگ کرنا شروع کر دیتے ہیں مثلاً چھوٹے کے کسی کھلونے پر زبردستی قبضہ کر کے دعویٰ کرنا کہ یہ ان کا ہے یا مثلاً یہ ضد کرنا کہ میں



نے بھی اسی فیڈر سے دودھ پینا ہے جس میں چھوٹے میاں پیتے ہیں یا میں نے ماما کے پاس ہی سونا ہے۔ یہاں تک کہ رات بستر پر ان کا پیشاب بھی نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔ اگر یہ سمجھ بیٹھیں کہ دوسرے بہن بھائیوں کے کھلونے ان سے بہتر ہیں تو حسد میں آکر ان کے کھلونے توڑ دیتے ہیں یا ڈائننگ ٹیبل پر والدین کسی دوسرے بچے پر زیادہ توجہ کر رہے ہوں تو کھانے سے ہاتھ کھینچ لیں گے اور روٹھ جائیں گے۔ تجربہ کار والدین سمجھ جاتے ہیں کہ اصل معاملہ کیا ہے۔



جہاں تک بغض اور حسد کا معاملہ ہے، پلساٹیلا اپنے سے بعد آنے والی بہن بھائیوں سے کرتا ہے۔ اپنے سے بڑوں سے نہیں کرتا کیونکہ اس نے اپنا ہوش سنبھالنے پر محبت کا جو انداز دیکھا ہوتا ہے اس میں صرف بعد میں آنے والے بہن بھائی ہی (اس کے خیال میں) اس کی محبت کا حصہ چراتے ہیں۔ دوسروں کی محبت اور چاہت حاصل کرنے کی خاطر یہ بڑی خودغرضی کا مظاہرہ کرتے ہیں یہ بچے دوسروں کی توجہ حاصل کرنے کے لئے ہر وہ کام کرنا پسند کرتے ہیں جو دوسروں کو پسند ہو۔ یہ بچے والدین کی توجہ حاصل کرنے کی خاطر چھوٹی عمر کے بچوں کی طرح کی حرکات شروع کردیتے ہیں۔ **(باقی آئندہ)**

☆☆..........☆☆..........☆☆







سردیوں میں درد کا بڑھنا



جوڑوں میں سوزش، ورم



جوڑوں میں درد

کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



ہومیو پیتھک ڈاکٹر اولاد حسنین نقوی
لاہور

سلسلے وار

گلستانِ شفاء

ہرپیز زوسٹر HERPES ZOSTER



وائرس سے پھیلنے والے آبلے نما ابھار۔ یہ عموماً جسم کے ایک طرف ہوتے ہیں، پردرد ہوتے ہیں اور ایک عصب کو متاثر کرتے ہیں۔

☆......سر درد، بخار، بے چینی، کھجلی اور جلن کے ساتھ RHUS TOX 30 OR 200 ہر تین گھنٹے بعد۔

☆......جلن اور گولی لگنے جیسے درد کے ساتھ، بے چینی اور فکر وتشویش ARS ALB 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... دائیں طرف کے آبلے شدید جلن کے ساتھ CANTHARIS 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......کمر پر آبلے، ٹھنڈک سے حساس CISTUS CAN 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... ٹانگوں پر، پھڑکن دار درد یں، گرمائش سے زیادتی COMOCLADIA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......جلد سرخ، جلن دار پردرد خارش کے ساتھ۔ پیپ دار ابھاروں کا بننا، ابھاروں کا خشک ہونا، خشک ہونے کے بعد بھوسی دار بننا اور ابھاروں پر سے چھلکوں کا اترنا CROTON TIG 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... چہرے پر جلن، گال ورم زدہ، مسوڑھوں سے لے کر کانوں تک سوراخ ہونے، کھودنے اور کترنے کا احساس، گالوں میں خارش اور جھنجھلاہٹ EUPHORBIA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......خاص طور پر بائیں جانب کا ہرپیز، اخراج چپکنے والا، پاخانہ قبض کے ساتھ GRAPHITES 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......دائیں جانب کا ہرپیز جس کے ساتھ ہاضمے کی شکایت بھی IRIS VER 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... چہرے کا ہرپیز، بہار اور خزاں کے موسم میں ارغوانی رنگ کا LACHESIS 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......جلن کو آرام دینے اور نئی ہرپیز کو نکلنے سے روکنے کے لئے، دائیں جانب کا ہرپیز جو پیٹ تک پھیل جائے MERC SOL 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد، تین بار دیں۔

☆......درد اور خارش کے ساتھ، کھجلانے کے بعد جلن ہو، ابھاروں پر بھورے کھرنڈ MEZEREUM 30 ہر چار گھنٹے بعد۔



☆......سگریٹ پینے یا ٹھنڈے مشروبات لینے کے بعد تکلیف میں زیادتی، ہاضمہ خراب شام کے وقت زیادتی اور پھر بتدریج سکون PULSATILLA 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... شدید جلن دار درد اور خارش، حرکت کرنے اور چھوئے جانے سے زیادتی، شراب کی وجہ سے جلن دار درد اور خارش، حرکت کرنے اور چھوئے جانے سے زیادتی، شراب کی وجہ سے پسلیوں کے درمیان بعد میں ہونے والا عصبی درد RANUN BULB 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......سوزاک کے دب جانے کی وجہ سے، کھجلانے کے بعد جلن THUJA OC 200 ہر تین گھنٹے بعد، تین بار دیں۔

☆...... چیرنے پھاڑنے والا درد، ہرپیز سے پیپ نکلے ZINCUM MET 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... ابھار، بڑے پھولے ہوئے، جلن دار ڈنک لگنے جیسے، ٹھنڈی اشیاء لگانے سے سکون APIS MEL 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... ہاضمے کی خرابی کی وجہ سے، آرام دہ زندگی گزارنے کی عادت، شراب و کباب اور عورتوں کا رسیا NUX VOMICA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... شدید، گرم مشروبات لینے سے تکلیف میں زیادتی، اندھیرے کا خوف STRAMONIUM 30 ہر چار گھنٹے بعد

☆......شرم گاہ کی ہرپیز TEREBINTH 30 ہر چار گھنٹے بعد

☆...... ہرپیز زوسٹر کے بعد چہرے کا عصبی درد KALMIA LAT 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

بائیوکیمک ادویات: KALI MUR 6X اور NATRUM MUR 12X ہر چار گھنٹے بعد۔

ہچکی۔HICCOUGH



☆......سگریٹ یا حقہ پینے کے بعد، کھانے یا جذباتی بدنظمی کے بعد IGNATIA 200 OR 1M ہر دس منٹ بعد، تین بار دیں۔

☆......سگریٹ یا حقہ پینے کے بعد، گرم مشروبات پینے کے بعد زیادتی VERATRUM ALB 30 OR 200 ہر دس منٹ بعد، تین بار دیں۔

☆......سگریٹ یا حقہ پینے کے بعد، ٹھنڈے مشروبات پینے یا بخار کے دوران، بے چینی ARS ALB 30 OR 200 ہر آدھ گھنٹے بعد۔

☆......معدے کی وجہ سے، مریض سرد مزاج NUX VOM 30 OR 200 ہر آدھ گھنٹے بعد، تین بار دیں۔



☆......ہلکی یا ذراسی تحریک کے بعد جیسے ہنسنے، باتیں کرنے یا کھانا کھانے سے CAJUPUT 30 ہر تین گھنٹے بعد۔

☆...... شدید اورآواز والی جس کے ساتھ کھچاؤ بھی ہو CICUTA V 30 OR 200 ہر دو گھنٹے بعد۔

☆......کھانے کے بعد جس کے ساتھ کھچاوٹ سی بھی ہو، رات کے وقت زیادتی، آپریشن کے بعد، ہسٹریائی HYOSCYAMUS 30 OR 200 ہر تین گھنٹے بعد۔

بائیوکیمک دوا: MAG PHOS 6X تشنجی اور جلن والی ہچکی ہر آدھ گھنٹے بعد گرم پانی میں دیں۔

گلے یا آواز کا بیٹھ جانا، گلوگرفتگی۔

HOARSENESS

☆...... گلے یا آواز کا یکدم ٹھنڈی سرد ہوا کے لگنے کی وجہ سے بیٹھ جانا ACONITE 30 OR 200 ہر دو گھنٹے بعد۔

☆...... گلے یا آواز کا ضرورت سے زیادہ استعمال کرنے کی وجہ سے جیسے سیاستدانوں یا گلوکاروں کا ARNICA 30 OR 200 ہر تین گھنٹے بعد۔

☆...... پیشہ ور گلوکاروں کا، مزمن ورم حنجرہ ARG NIT 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... جب آرجنٹم نائیٹریکم کام نہ کرے MANGANUM ACET 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆......اچانک یکدم، بہت زیادہ آواز کا بیٹھ جانا، گلے میں کھرچے جانے کا احساس BELLADONNA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... فالجی اثرات کی وجہ سے، گلے کے اردگرد کپڑا چھوا جانا برداشت نہ ہو LACHESIS 30 ہر چار گھنٹے بعد، تین بار دیں

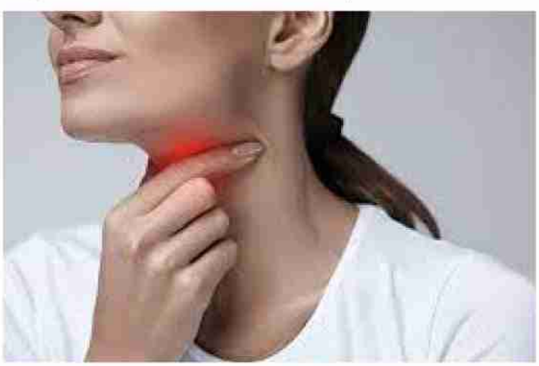
☆......نزلہ کی وجہ سے، کھانسنے سے پیشاب خطا ہو جائے، مسلسل کھنکارنا پڑے CAUSTICUM 30 ہر چار گھنٹے بعد، تین بار دیں۔

☆...... ہسٹریا کی وجہ سے، جذباتی بدنظمی اور خرابی کی وجہ سے، دھواں میں سانس لینے سے IGNATIA 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد، تین بار دیں۔

☆...... اوتارصوت(Vocal cord) کے فالج کی وجہ سے OXALIC ACID 6 OR 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... گلے کی سوزش کی وجہ سے آواز بیٹھنا، مٹھائیاں کھانے کی وجہ سے زیادتی۔ مسلسل گلا صاف کرنا پڑے SPONGIA 30 ہر چار گھنٹے بعد، تین بار دیں۔

☆......آواز کا مکمل ختم ہو جانا، ساتھ ساتھ کھانسی بھی آئے، پیاس





بالکل نہ لگے، گلا خشک کھلی سرد ہوا میں سکون PULSATILLA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... گلوکاروں کا گلا آواز بیٹھ جانا، جونہی وہ گانا شروع کریں SELENIUM 30 OR 200 ہر دس منٹ بعد، تین باردیں۔

☆...... گلے یا آواز کا بار بار خراب ہوجانا، آواز کا بار بار بیٹھ جانے کا میلان WYETHIA 6 OR 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... بولتے وقت مسلسل کھنکارنے کے ساتھ گلا بیٹھ جائے، گانے سے باتیں کرنے سے آواز بیٹھ جانے میں زیادتی، اچانک کسی وجہ سے آواز بیٹھ جائے ARUM TRIPH 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... کسی وجہ سے آواز بیٹھ جائے، چپچپا پسینہ آئے، شام کے وقت زیادتی، یخ سرد مشروبات پینے کی خواہش PHOSPHORUS 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد، تین باردیں۔

☆...... ایام حیض میں آواز بیٹھ جائے، بخار سا محسوس ہو، سستی اور تھکان ہو GELSEMIUM 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... سورامیازم والے مریضوں کے لئے امدادی دوا جنہیں آسانی سے ٹھنڈ لگ جانے کا میلان ہو PSORINUM 200 OR 1M ہفتہ وار، تین باردیں۔

☆...... اچانک کسی وجہ سے آواز بیٹھ جائے BORAX 1X OR 30 ہر دس منٹ بعد، تین باردیں۔

☆...... گرمی لگ جانے کی وجہ سے آواز بیٹھ جائے ANT CRUD 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... آواز بیٹھ جائے، باتیں کرنے سے سکون ہو RHUS TOX 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... آواز بیٹھ جائے، سردی یا اوتار صوت کی تنگی کی وجہ سے، زبان صاف، مسلسل متلی IPECAC 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... کسی وجہ سے آواز بیٹھ جائے، ساتھ قے بھی آئے اور خوب بھوک بھی لگے CINA 30 OR 200 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... آواز کا پوری طرح بیٹھ جانا، گلے میں جلن جیسے گرم بخارات کی وجہ سے، تھوک زیادہ آئے MERCURIUS SOL 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... گلے میں الجھن خراش، کسی ایک مقام پر خراش ہو SABADILLA 30 ہر چار گھنٹے بعد۔

☆...... جب صحیح تجویز کردہ دوائیں کام نہ کریں، مریض رات کو بہت زیادہ بے آرام SYPHILINUM 1M ہفتہ وار، تین باردیں۔

بائیوکیمک ادویات:

FERRUM PHOS 6X، CALC PHOS 6X اور KALI MUR 6X ہر چار گھنٹے بعد دیں۔

☆☆..........☆☆..........☆☆



ہڈیوں کا درد کیوں ہوتا ہے؟
علاج کیسے ممکن ہے؟



ڈاکٹر وقار



ہڈیوں میں چوٹ آنے سے کچھ عرصے بعد یہ درد جنم لے لیتا ہے کیونکہ اکثریت فزیوتھراپی کا سہارا لیتے ہیں، ان میں ہیٹ تھراپی اگر کرائی جائے اور مریض کو سردی سے بچنے کا مشورہ نہ دیا جائے تو عارضی طور پر درد میں آرام ضرور آتا ہے مگر کچھ عرصے بعد دوبارہ سوجن کی وجہ سے یہ درد عود کر آتا ہے۔

اب اس حال میں ہڈیاں کچھ سخت ہو جاتی ہیں اور دوا کی کیفیت اگر صرف دفع ورم ہو تو کام نہیں کرتی اس لئے ایسی دوا کا استعمال کیا جاتا ہے جو درد کا سبب بننے والے خامرات (اینزائم) کے فعل کو روک دیں۔ بعض نام نہاد ماہرین ایسی ادویہ کا انتخاب کرتے ہیں جو درد کی حس محسوس کرنے والے اخذ خلیات (ری سیپٹر) کو درد اخذ کرنے سے روک دیتے ہیں۔

مشاہدہ شاہد ہے کہ طاقت سے زیادہ ورزش کرنے سے ہڈیاں دکھتی اور کبھی درد کرتی ہیں، اصل وجہ ان عضلات کی دکھن ہے جو عظام (ہڈیوں) سے جڑے ہوتے ہیں، اصل درد عضلات کا ہوتا ہے مگر مریض یہی سمجھتا ہے کہ ہڈی کا درد ہے۔

اسی طرح مفاصل (جوڑوں) کا درد ہے گا ہے اس کی وجہ دو ہڈیوں کے درمیان مائع (سیال رطوبت) کی خشکی ہوتی ہے جس سے دونوں ہڈیوں کے سرے چلتے پھرتے رگڑ کا شکار ہوتے ہیں اس کا مستقل حل زیتون کے تیل، بادام کے تیل وغیرہ سے کرنا تھا مگر اکثر اس کا حل مسکن درد ادویہ سے کیا جا رہا ہے جس کے نتیجے میں جب تک دوا کھاتے رہیں آرام محسوس ہوتا ہے جب دوا چھوڑی جائے تو درد عود کر آتا ہے۔

کچھ اشخاص کو جینیاتی طور پر یہ مسئلہ ہوتا ہے جس پر ہیومیٹائیڈ آرتھرائیٹس کہا جاتا ہے مگر اس عارضے میں ہڈیاں، جوڑ سوج بھی جاتے ہیں، ہڈیوں کی ساخت کسی حد تک بگڑ جاتی ہے اور جلد پر جوڑوں کے مقام پر سرخی نمودار ہو جاتی ہے۔

طب قدیم کے مطابق اس کا حل مصفی خون ادویہ اور مسکن ادویہ سے ہوتا ہے مگر آج کل اکثر ماہرین اسٹرائیڈ کا استعمال کراتے ہیں۔ اسٹیرائیڈ قوی دافع ورم ہے مگر باقی نقصانات مثلاً عادی بنانا کہ اسٹیرائیڈ کے علاوہ باقی ادویہ مفید نہیں رہتی ہیں۔ علاوہ ازیں ایک اسٹیرائیڈ سے افاقہ ہونا رک جائے تو اس سے قوی اسٹیرائیڈ استعمال کرنا پڑتا ہے۔

☆......ہڈیوں کے درد کے اسباب:

۱۔ ورزش نہ کرنا۔

۲۔ زیادہ گوشت کا استعمال۔

۳۔ چوٹ آنا چاہے کسی شے سے ٹکرانے سے ہو یا سخت چیز پر گرنے سے۔

۴۔ حیاتین ڈی، فاسفورس، کیلشیم کی مقدار کا عدم توازن۔



۵۔گرم اشیاء کھانے کے بعد ساتھ ہی ٹھنڈی اشیاء کا استعمال۔

۶۔اومیگا فیٹی ایسڈ کی کمی۔

۷۔سیال خوراک (پانی، جوس، دودھ، مکھن) کا کم استعمال (مگر یاد رہے کہ چہل قدمی ضرور کرنی چاہیے تاکہ جہاں بدن میں جس چیز (حیاتین) کی کمی ہے وہیں پہنچ سکے ورنہ صرف ہاضمہ ہوتا ہے، توانائی حاصل ہوتی ہے مگر انفرادی اعضاء کو اتنا نفع نہیں پہنچتا جتنا پہنچنا چاہیے تھا۔

۸۔یورک ایسڈ۔

۹۔جینیاتی طور پر مرض کی منتقلی۔

۱۰۔ٹھنڈے پانی سے غسل کرنا۔

۱۱۔نزلے کا زیادہ عرصہ رہنا۔

☆......ہڈیوں کے عوارض سے کیسے بچ سکتے ہیں؟

۱۔نوعمر بچوں کو کھیل کود میں زیادہ دھیان دینا چاہیے۔ یاد رہے کہ حکماء قدیم کے مطابق چالیس سال کی عمر تک والدین کی طرف سے ودیعت شدہ قوت کام آتی ہے اور چالیس سال بعد اپنا اسی عمر تک کا کھانا پینا، ورزش قوتوں کو بحال رکھتا ہے، ساٹھ سال سے قوتیں ڈھلنے کی طرف میلان رکھتی ہیں۔

۲۔مچھلی کا استعمال ہفتے میں ایک بار اور دوپہر کے وقت کریں۔





۳۔سرد مزاج سبزیوں پر نمک یا سیاہ مرچ کا سفوف چھڑکیں۔

۴۔ چوٹ آنے پر گرم مزاج والے تیل سے مالش کر کے پٹی باندھیں یا سردی سے بچائیں۔

۵۔خوراک میں میوہ جات کا استعمال ضرور کریں۔

۶۔ دماغ کو تازہ رکھیں زیادہ آکسیجن والے علاقوں کی طرف ہفتے میں چار دن ضرور جائیں۔

۷۔بڑے گوشت کا استعمال ضرور کریں۔

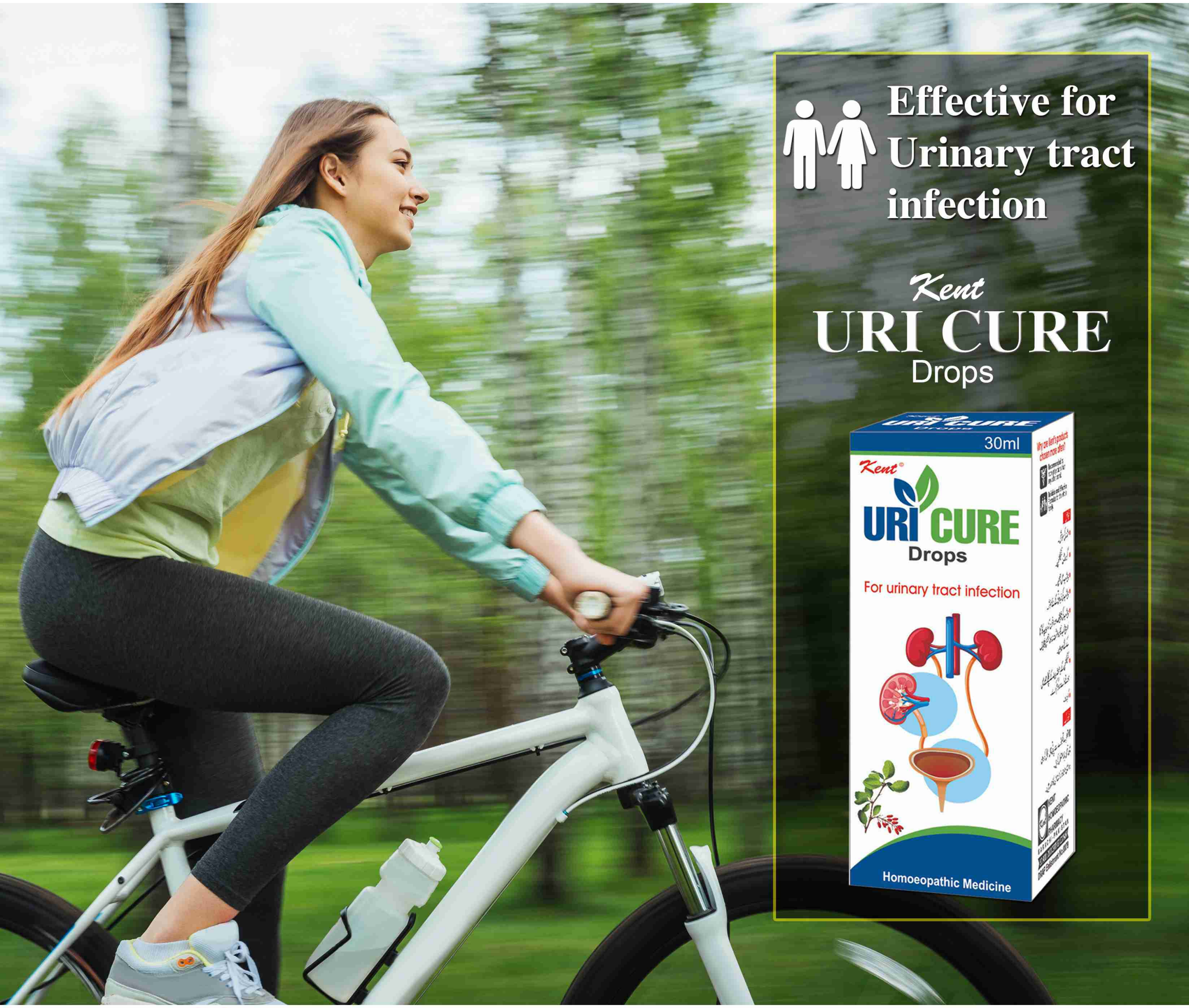
۸۔اعصابی نظام کو قوت بخشنے کے لئے ورزش کی عادت اپنائیں۔

۹۔ ہر تین ماہ بعد حیاتین ڈی کی گولی کا استعمال مناسب ہے کیونکہ آج کل خوراک خالص نہیں دھوپ میں وٹامن ڈی ہوتا ہے مگر اکثر جلد کے خراب ہونے کی شکایات موصول ہو رہی ہیں کیونکہ بعض علاقوں میں اوزون کی سطح بہت کم ہے۔

۱۰۔نیم گرم پانی سے غسل کریں اور کھانے کے بیس منٹ تک ہرگز غسل نہ کریں۔

۱۱۔دوا کا استعمال اس وقت کریں جب مالش سے فائدہ نہ ملے تاکہ ادویہ کی عادت نہ بنے۔ خاص طور پر پچیس سال کی عمر تک دوا کی عادت پڑنے سے بچیں۔

☆☆..........☆☆..........☆☆


Effective for
Urinary tract
infection
Kent
URI CURE
Drops
30ml
Kent
URI CURE
Drops
For urinary tract infection
Homoeopathic Medicine



ہومیو پیتھک ڈاکٹر خالد محمود

فیصل آباد

کلینیکل ٹپس

☆......کمر کے درد کو کھل کر پیشاب آنے سے آرام ہونا LYCOPODIUM 30 کی علامت بنتی ہے۔

☆...... کمر کے درد میں جھکنے سے تکلیف بڑھے تو SILICEA 30 کی طرف غور کرنا چاہیے۔

☆...... ہاتھوں یا چہرے پر دراڑیں پڑنا HEPAR SULPH 30 ایک اعلیٰ دوا ہے۔

☆......گینگرین جسم کے کسی حصے کی جس میں گرمی دینے سے زیادتی ہو LACHESIS 1M کی ایک خوراک کے بعد SECALE CORR 30 کو نہیں بھولنا چاہیے۔

☆...... لگاتار مسلسل چھوٹی ڈکاروں میں CHELIDONIUM 30 اور CONIUM 30 باری باری دینا چاہیے۔

☆...... دستوں، اسہال میں بائیوکیمک ادویات NAT SULPH 30 اور NAT PHOS 30 CALC PHOS 30 کو ملا کر دینا فائدہ دیتا ہے۔

☆...... چوٹ والی جگہ پر رسولی بننا CONIUM 30 کی طرف اشارہ کرتا ہے۔

☆...... ناک کی نوک پر مسہ بننا CAUSTICUM 1M سے درست ہوتا ہے۔

☆...... بارشوں کے دنوں میں آنے والے بخار میں RHUS TOX 30 اور CALC CARB 30 کو ملا کر دینا چاہیے۔

☆...... دانتوں میں کھوڑ جس میں ٹھنڈا اور گرم دونوں لگے تو STAPHYSAGARIA 1M کی خوراک کے بعد MERC SOL 30 کو استعمال کرنا چاہیے۔

☆...... بخار سر کو زیادہ ہونے سے جھٹکے لگنے لگیں تو BELL 30 اور STRAMONIUM 30 کو باری باری دینا چاہیے۔

☆...... میٹھی اشیاء کھانے سے متلی ہونے لگے تو GRAPHITE 30 کی چند خوراکوں کی ضرورت ہوتی ہے۔

☆...... صرف تازہ گوشت ناموافق پڑے CAUSTICUM 30 استعمال کرنا چاہیے۔

☆...... بلڈ کی بوتل نکلوانے سے پہلے CHINA 1M کی ایک خوراک سے کسی قسم کی کمزوری چکر باقی نہیں رہتے۔

☆...... دست جو آئس کریم کھانے سے پیدا ہوں ARS ALB 30 سے ٹھیک ہو جاتے ہیں۔

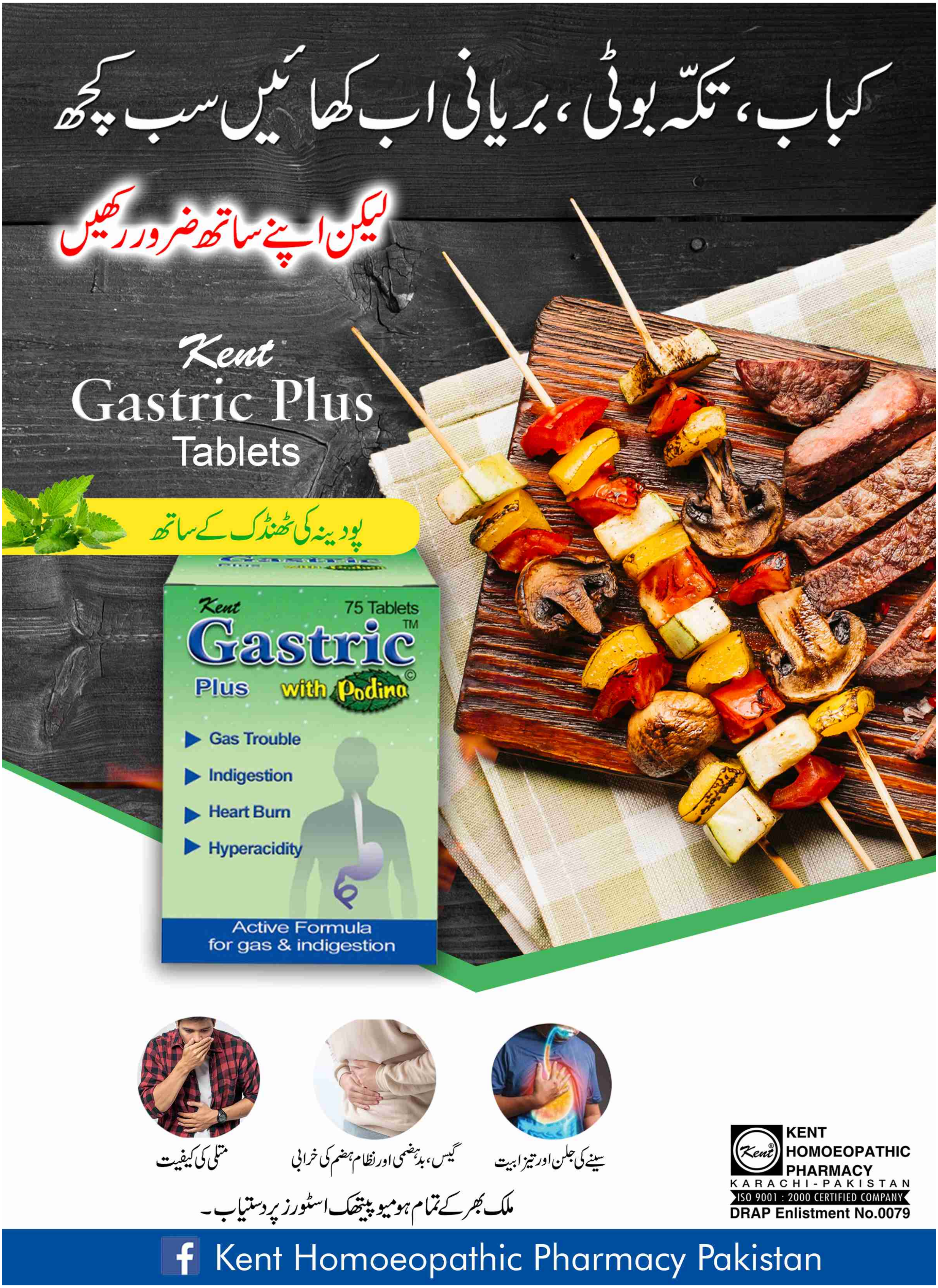
☆...... آنکھوں کی سرخی جو کھلی ہوا سے درست ہو جائے ARGENTUM NIT 30 کی علامت ہوتی ہے۔

☆...... پانی پینے کے فوراً بعد قے ہو جائے جیسا کہ سردی کا لگ جانا، میں ہوتا ہے۔ اس وقت BRYONIA 30 کی چند خوراکیں فوراً اکثر دکھاتی ہیں۔

☆...... چہرے کے چھوٹے چھوٹے موہکوں میں THUJA 1M کی دو خوراکوں کے بعد ACID NIT 30 کو استعمال کرنا چاہیے۔

حوالہ جات: میٹریا میڈیکا۔ ڈاکٹر دولت سنگھ۔
میلینئم ریپئر میٹریا۔ ڈاکٹر خالد محمود۔

☆☆............☆☆............☆☆


کباب، تکّہ بوٹی، بریانی اب کھائیں سب کچھ
لیکن اپنے ساتھ ضرور رکھیں
Kent
Gastric Plus
Tablets
پودینہ کی ٹھنڈک کے ساتھ
Kent
75 Tablets
Gastric™
Plus with Podina
Gas Trouble
Indigestion
Heart Burn
Hyperacidity
Active Formula for gas & indigestion
متلی کی کیفیت
گیس، بدہضمی اور نظام ہضم کی خرابی
سینے کی جلن اور تیزابیت
ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹورز پر دستیاب۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



گلے کی خراش کا مؤثر علاج
Kent
Tonsifort
Syrup & Tablets
120 ml
Kent
Tonsifort
Syrup
Tonsillitis
Feverish Condition
Glandular Swelling
Kent
40's
Tonsifort
Tablets
ٹونسلز، گلے کا درد، گلے کی سوزش اور موسمی اثرات
کے باعث نزلہ، زکام اور بخار میں مفید۔
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel



سمیرا انور

بچوں میں کھانے سے رغبت کیسے پیدا کی جائے؟

﴾عالمی یوم اطفال 20 نومبر کے موقع پر خصوصی تحریر﴿

یہ تقریباً ہر گھر ہی کی کہانی ہے کہ کوئی گوشت نہیں کھاتا، تو کوئی دال سبزی سے دور بھاگتا ہے۔ اکثر ماؤں کو یہ شکایت ہوتی ہے کہ ہمارے بچے یہ نہیں کھاتے اور وہ نہیں کھاتے۔ انہیں تو بس سینڈوچ اور برگر ہی پسند ہیں۔

ہر ماں یہی شکوہ کرتی ہوئی دکھائی دیتی ہے تو اس میں قصور کس کا ہے؟ یا پھر یہ دراصل ماؤں ہی کی سہل پسندی ہے کہ وہ بچپن سے ہی بچوں کو گنی چنی چیزیں ہی کھانے کے لئے دیتی رہتی ہیں۔

پھر ماؤں کو شکایت ہوتی ہے کہ میں تو گھر میں ان کی پسند کا کچھ بھی بنابنا کر تنگ آچکی ہوں اس لئے مجبوراً پھر بازار سے ہی کچھ نہ کچھ منگوانا پڑتا ہے، کبھی ہوٹل سے پیزا پارسل ہورہا ہے تو کبھی انواع اقسام کے بن کباب، پیٹیز اور پراٹھوں کے مزے اڑائے جارہے ہیں۔

مختصر یہ کہ خود ماؤں کی سہل پسندی نے ہمارے بچوں کو فاسٹ فوڈ کا عادی بنایا ہے۔ پہلے تو شوقیہ یا بچوں کو خوش رکھنے کے لئے ساتھ بازار لے گئیں اور وہاں سے برگر شوارما لے کر کھلادیا، جب بچے گھر آئے تو ظاہر ہے انہوں نے گھر کے کھانے میں ذرا دلچسپی نہ لی کیونکہ انہیں تو بھوک ہی نہیں لگ رہی تھی، بھئی جب برگر اور شوارما سے پیٹ بھر لیا تو وہ بھلا گھر کے کھانے پینے سے کیا رغبت دکھائیں گے۔

اس لئے اب ان کے بڑے ہونے کے بعد روایتی ہانڈیوں سے ان کی رغبت نہ ہونے کی شکایت ہے۔ یعنی آپ جو کچھ بھی پکالیں بچے شوق سے نہیں کھاتے۔ سبزیوں کی طرف تو دیکھتے بھی نہیں ہیں، کسی نے شکوہ کیا۔





جب بچپن سے ہی آپ زیادہ تر فیڈر میں دودھ ڈال کر انہیں دیتی رہیں تو وہ گھر کے کھانوں اور سبزیوں وغیرہ سے کیوں کر آشنائی حاصل کریں گے، جبکہ چھ ماہ کے بعد سے بچے کو ٹھوس غذا سے متعارف کرانا شروع کر دینا چاہیے۔ کبھی دلیہ بنا دیا، کبھی چاول ابال کر کھلا دیئے، تو کبھی کیلے اور ساگودانے کی کھیر بنا دی، چھوٹے بچوں کو چینی اور نمک سے دور رکھیں اور کوشش کریں کہ ایک سال کی عمر تک انہیں دودھ میں چینی ملا کر نہ دیں، اکثر مائیں بچے کو ایک ہی غذا کھانے پر مجبور کرتی ہیں تب بچہ کھانے سے انکار کرتا ہے، بچوں کو بدل بدل کر مختلف چیزیں کھلائیں تاکہ وہ سارے ذائقوں سے واقف ہو جائے اور جب بڑا ہو تو خوش ہو کر گھر میں پکنے والے تمام کھانے، سبزیاں اور گوشت کھائے۔

خوراک بدلنے سے مراد یہ نہیں کہ کوئی ثقیل چیز بنا کر دی جائے، اس کا مطلب یہ ہے کہ سیریلیک کو کھیر میں بدل دیں۔ ساگودانے کو دلیے میں۔ بچے کے لئے روز نہ سہی ہر تیسرے دن کچھ منفرد بنانا چاہیے تاکہ وہ شوق سے کھائے، کبھی گوشت کی یخنی بنا کر دے دیں تو کبھی سبزی کا سوپ، انڈے اور دودھ سے نئی نئی ڈش بنا کر کھلائیں تاکہ بچوں میں پروٹین اور آئرن کی کمی نہ ہو۔

بازار کی چیزیں کھانے کے بعد بچے صبح شکایت کرتے ہیں کہ ان کے پیٹ میں درد ہو رہا ہے۔ جواباً ہم کہتے ہیں کہ یہ رات کے فاسٹ فوڈ کا کمال تھا اور رہی سہی کسر آئس کریم اور دیگر مختلف مشروبات نے پوری کر دی ہے۔ اگر بچوں کو بچپن سے سبزی، گوشت اور تازہ چیزیں کھانے کی عادت ڈالی جاتی، انہیں گھر میں ہی حفظان صحت کے مطابق چیزیں تیار کر کے دی جاتیں تو امکان یہی ہوتا ہے کہ وہ پھر اسی رنگ میں رنگ جاتے اور اب آپ کو تنگ

نہ کرتے۔

چھوٹے بچے پیار اور شفقت سے بات بہت اچھی طرح سمجھتے ہیں انہیں پیار سے اپنے پاس بٹھائیں، ان کی پسند و ناپسند پوچھیں، پھر بچے کو اس کی دلچسپی کی باتوں میں لگا کر اور اس کا من پسند کوئی قصہ کہانی چھیڑ کر یا اس کی کسی خواہش کو پورا کرنے کا تذکرہ کرتے ہوئے کھانا کھلائیے۔ انہیں سمجھائیں کہ اچھی اور صحت بخش غذا کھانے سے ان کا جسم بیماریوں کے خلاف مدافعت پیدا کر سکے گا اور وہ زندگی میں کامیاب ہو سکیں گے۔ دماغ اور جسم کی چستی کے لئے تازہ جوس اور سبزیاں بہت ضروری ہیں۔

بچوں کو بچپن سے ہی کھانے سے پہلے ہاتھ دھونے کی عادت ڈالیں تاکہ بڑے ہو کر ان میں اچھی عادات پختہ ہو جائیں، انہیں بچپن سے ہی ٹھیلوں پر ملنے والی چیزیں کھانے سے منع کریں تاکہ وہ اس کے مضر اثرات اور بیماریوں سے بچ سکیں، بچوں کو سبزیوں کی اہمیت اور افادیت کے بارے میں بتائیں، اس طرح وہ جلد ہی سبزیاں کھانے لگیں گے، مل جل کر کھانے کا اپنا ہی مزہ ہے۔ بچوں کے ساتھ مل کر بچے زیادہ آسانی سے کھا پی لیتے ہیں، کیونکہ اس وقت ان کے لئے بچوں کی سنگت اہم ہوتی ہے، وہ کیا کھا رہے ہیں، یہ چیز ثانوی سی ہو جاتی ہے۔

اسی طرح بزرگوں اور دادی نانی وغیرہ کے ہاں دسترخوان پر بھی اس کے مثبت اثرات دیکھے جاتے ہیں۔ اکثر گھروں میں سب لوگ الگ الگ وقت پر کھانا کھاتے ہیں اس وجہ سے بچے کھانے سے انکار کرتے ہیں۔ اس لئے کوشش کیجئے کہ سب لوگ ایک ہی دسترخوان پر کھانا تناول کریں اس طرح بچوں کا دھیان بٹتا ہے، کھانے پینے کے آداب سے آگاہی ہوتی ہے، اکیلے





کھانے کے لئے بیٹھتے ہیں تو ان کا سارا دھیان اپنے کھانے کی طرف جاتا ہے اور پھر وہ تنگ کرنے لگتے ہیں۔ بچہ انکار کرے تو اسے ڈانٹنے کے بجائے سمجھا بجھا کر کھانے پر قائل کریں۔ بچے شوق سے دودھ نہ پئیں، تو انہیں دودھ سے بنی ہوئی مختلف اشیاء تیار کر کے کھلائیں، تازہ جوس بنا کر دیں، ملک شیک بنا دیں، بازار کے جوس اور شیک سے پرہیز کریں۔

کچھ ماؤں کو یہ شکایت بھی ہوتی ہے کہ سب کے بچے تو پلیٹ بھر بھر کے کھاتے ہیں ایک ہمارے بچے ہیں، تھوڑا سا کھا کر ہاتھ پیچھے کر لیتے ہیں، بچہ جتنا کھائے اسے کھانے دیں، زبردستی نہ کریں، اگر اس کی نشوونما اچھی ہے تو پریشانی کی بات نہیں۔ زیادہ کھانے والے بچے ضروری نہیں صحت مند بھی ہوں، کچھ ماؤں کی عادت ہوتی ہے کہ وہ دوسروں کے بچوں کو موٹا دیکھ کر اپنے بچوں کو





ٹھونس ٹھونس کر کھلانے کی کوشش کرتی ہیں، بچے کو لٹا کر زبردستی چمچے سے اس کے منہ میں گویا کھانا انڈیلتی ہیں۔

بچہ چیختا چلاتا ہے لیکن ان پر اثر نہیں ہوتا، اس کے دو نقصان ہوتے ہیں ایک تو بچے ضدی ہو جاتے ہیں اور دوسرا کھانے سے اور دور بھاگنے لگتے ہیں۔ اس لئے کوشش کیجئے کہ بچہ جتنا شوق اور خوشی سے کھائے اسے کھلائیں، زیادہ کھلانے سے بچوں کا ہاضمہ متاثر ہوتا ہے اور اس کی صحت پر منفی اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

☆☆..........☆☆..........☆☆





ڈینگی ہونے کی صورت میں دیگر
طریقہ علاج کے ساتھ استعمال کیجئے۔
ڈینگی سے بخار، درد، قے، متلی اور
دیگر علامات میں مفید۔
Kent®
Anti Dengue and Malaria
Drops
30ml
Kent
Anti Dengue and Malaria
Drops
30ml



رپورٹ: بی بی سی

چینی چھوڑنے سے دماغ پر کیا اثرات ہو سکتے ہیں؟

عام خیال یہ ہی ہے کہ میٹھا زیادہ کھانا آپ کی صحت کے لئے اچھا نہیں ہوتا لیکن خوراک میں میٹھے کی مقدار بہت کم کرنے سے بھی مسائل پیدا ہو سکتے ہیں اور یہ بہت سی ناخوشگوار علامات کی صورت میں ظاہر ہو سکتے ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ آپ یہ سن کر حیران رہ جائیں کہ چینی کی کھپت برطانیہ اور دیگر ترقی یافتہ ملکوں میں گزشتہ ایک دہائی میں بتدریج کم ہوئی ہے۔

ایسا کئی وجوہات کی بناء پر ہو رہا ہے جیسا کہ لوگوں کے ذائقوں یا طرز زندگی میں تبدیلی اور نشاستہ دار غذا کم کرنے کا رجحان گزشتہ ایک دہائی میں کیٹو خوراک کی مانگ بڑھنے سے یا چینی کے مضر صحت ہونے کے بارے میں زیادہ آگاہی پیدا ہونے کی وجہ سے بھی ایسا ہوسکتا ہے۔

خوراک میں چینی کی مقدار کم کرنے کے صحت پر واضح طور پر مثبت اثرات پیدا ہوتے ہیں اور کیلوریز کم لینے سے بھی صحت بہتر ہوتی ہے اور اس سے

وزن بھی کم ہوتا ہے لیکن لوگ جب چینی کم کھانا شروع کرتے ہیں تو کبھی کبھار اس کے صحت پر منفی اثرات پڑتے ہیں مثلاً سر میں درد رہنا، تھکن کا احساس اور مزاج میں تلخی پیدا ہونا شامل ہیں لیکن یہ عارضی ہوتا ہے

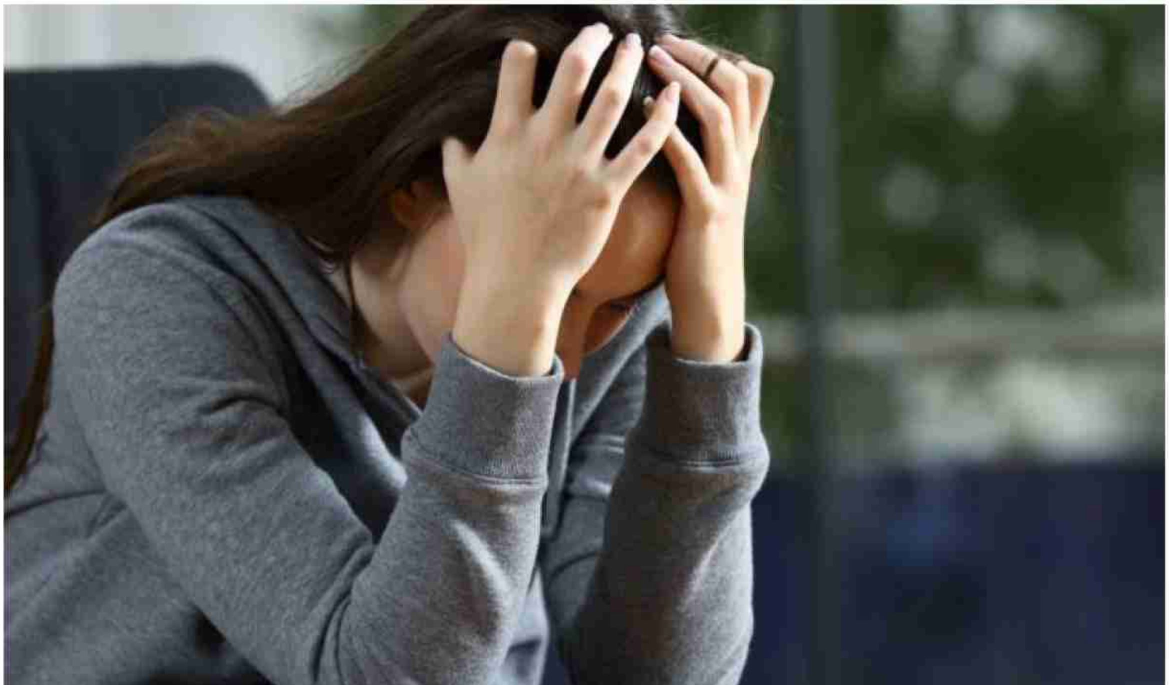
ان علامات کی وجوہات کے بارے میں کم علمی پائی جاتی ہے لیکن یہ ممکن ہے کہ ان علامات کا تعلق چینی زیادہ کھانے سے دماغ کے ردعمل سے ہو جسے بائیولوجی آف ریوارڈ یا صلے کی بائیولوجی کہا جاتا ہے۔

نشاستہ دار غذا کی مختلف صورتیں ہوسکتی ہیں، جن میں چینی شامل ہے جو کھانے کی بہت سی چیزوں میں قدرتی طور پر شامل ہوتی ہیں جیسا کہ پھلوں میں فرکٹوز اور دودھ میں لیکٹوز کی صورت میں۔ کھانے کی چینی جس کو سائنسی اصطلاح میں سوکروز کہا جاتا ہے وہ گنے، چقندر،، میپل سیرپ اور شہد کے بڑے اجزاء گلوکوز اور فرکٹوز میں شامل ہے۔

چینی خوراک کی بڑے پیمانے پر تیاری عام ہوگئی ہے سوکروز اور چینی کی دوسری اقسام بھی خوراک میں شامل کی جاتی ہیں تاکہ اسے لذیذ اور ذائقہ دار بنایا جاسکے۔ ذائقہ بہتر کرنے کے علاوہ ایسی غذا کے استعمال سے جس میں چینی کی مقدار زیادہ ہو اس کے گہرے بائیولوجیکل اثرات ذہن پر مرتب ہوتے ہیں۔ یہ اثرات کافی شدید ہوتے ہیں اور یہ بحث ابھی جاری ہے کہ کیا آپ چینی کے عادی ہوجاتے ہیں؟

سوکروز منہ میں چینی کا ذائقہ محسوس کرنے والے اجزاء کو متحرک کردیتا ہے جن کا بالآخر اثر دماغ میں ڈوپامین نامی کیمیا کا اخراج ہوتا ہے۔ ڈوپامین ایک نیوروٹرانسمیٹر ہے جس کے ذریعے دماغ میں پیغام رسانی ہوتی ہے۔ جب عمل شروع ہوتا ہے تو دماغ ڈوپامین خارج کرنا شروع کرتا ہے جس کی وجہ سے اسے ریوارڈ یا انعامی کیمیکل کہا جاتا ہے۔ ڈوپامین کا یہ انعامی عمل دماغ کے ان حصوں میں ہوتا ہے جو مزے اور انعام سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ انعامی عمل ہمارے رویے پر اثر انداز ہوتا ہے اور ہم وہ کچھ دوبارہ کرنا چاہتے ہیں جس سے ہمارے دماغ میں ڈوپامین خارج ہوتا ہے۔ ڈوپامین کی وجہ سے ہم دوبارہ وہ خوراک کھانا پسند کرتے ہیں یا وہ چیز جو جنک فوڈ کے زمرے میں بھی آتی ہیں۔

انسانوں اور جانوروں پر تجربات سے ظاہر ہوتا ہے کہ کس طرح چینی سے یہ انعامی عمل متحرک ہوجاتا ہے۔ تیز میٹھا اس عمل کو متحرک کرنے میں کوکین کو بھی پیچھے چھوڑ دیتا ہے۔ چوہوں پر ہونے والی ایک تحقیق سے معلوم ہوا کہ چینی چاہے وہ خوراک کی صورت میں لی جائے یا اسے انجکشن کے ذریعے خون میں شامل کیا جائے اس سے یہ انعامی عمل متحرک ہوجاتا ہے۔





اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ اس کا تعلق منہ میں ذائقہ محسوس کرنے کے اجزاء سے نہیں ہوتا۔ چوہوں پر ہونے والی اس تحقیق سے ایسے ٹھوس شواہد سامنے آئے ہیں کہ سوکروز کے استعمال سے دماغ میں ڈوپامین متحرک کرنے والے نظام میں تبدیلی واقع ہوتی ہے اور اس سے انسان اور جانوروں کے مزاج اور رویے بھی بدل جاتے ہیں۔ یہ واضح رہے کہ چینی کے استعمال سے ہم پر شدید اثرات مرتب ہوتے ہیں۔اس وجہ سے یہ کوئی حیران کن بات نہیں ہے کہ جب ہم چینی کا استعمال کرنا شروع کرتے ہیں تو اس کے منفی اثرات ظاہر ہونے لگتے ہیں۔

چینی ترک کرنے کے ان ابتدائی دنوں میں جسمانی اور ذہنی علامتیں ظاہر ہوتی ہیں جن میں ڈپریشن، پریشانی، بے چینی، ذہنی دباؤ، تھکن، غنودگی اور سر کا درد شامل ہے۔چینی چھوڑنے سے جسمانی اور ذہنی طور پر ناخوشگوار علامتیں محسوس ہوتی ہیں جس کی وجہ سے کئی لوگوں کے لئے ایسا کرنا مشکل ہوتا ہے۔

ان علامات کی بنیاد پر وسیع تر تحقیق نہیں ہوسکی ہے لیکن یہ ممکن ہے کہ اس کا تعلق ذہن کے انعامی جوڑوں سے ہے۔چینی کی لت لگ جانے کا خیال ابھی متنازع ہے لیکن چوہوں پر تحقیق سے ایسے شواہد سامنے آئے ہیں کہ بہت سے دوسرے ایسے اجزاء جن کی آپ کو عادت یا لت پڑ جاتی ہے ان میں چینی بھی شامل ہے اور اس کو چھوڑنا مختلف اثرات کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے مثلاً چینی کھانے کی شدید خواہش،طلب اور طبیعت میں بے چینی کا پیدا ہونا۔

جانوروں پر مزید تحقیق سے ظاہر ہوا ہے کہ چینی کی عادت کے بداثرات منشیات کے اثرات سے ملتے ہیں جن میں دوبارہ ان کا استعمال شروع کر دینا اور اس کی طلب کا محسوس کیا جانا



شامل ہے اس ضمن میں جتنی بھی تحقیق کی گئی ہے وہ جانوروں تک ہی محدود ہے اس لئے یہ کہنا مشکل ہے کہ انسانوں میں بھی ایسا ہی ہوتا ہے۔ انسانی دماغ میں موجود انعامی جوڑوں پر انسان میں ہونے والے ارتقائی عمل سے کوئی فرق نہیں پڑا ہے اور اس کا امکان موجود ہے کہ دوسرے اجسام میں بھی اس قسم کے انعامی جوڑے محدود ہوں

اس کا مطلب یہ ہے کہ چینی چھوڑنے کے بائیولوجیکل اثرات جو جانوروں میں دیکھے گئے ہیں وہ انسانوں میں بھی کسی حد تک نظر آسکتے ہیں کیونکہ انسانی دماغ میں بھی اس طرح کے انعامی جوڑے ہوتے ہیں۔

خوراک میں جب چینی کی مقدار گھٹائی جاتی ہے تو دماغ میں ڈوپامین کے اخراج میں تیزی سے کمی ہوتی ہے، جس سے دماغ کے مختلف حصوں پر اثر پڑسکتا ہے۔ جو لوگ اپنی خوراک میں چینی کی



مقدار کم کرتے ہیں ان کے ذہن کے کیمیائی توازن پر یقینی طور پر اثر پڑتا ہے اور یہ ہی ان علامات کے پیچھے کارفرما ہوتا ہے۔ ڈوپامین انسانی دماغ میں ، قے، غنودگی ، بے چینی اور ہارمون کو کنٹرول کرنے میں بھی کردار ادا کرتی ہے۔

گو کہ چینی کے انسانی دماغ پر ہونے والے اثرات پر تحقیق محدود ہے لیکن ایک تحقیق سے ایسے شواہد ملے ہیں کہ موٹاپے اور کم عمری میں فربا مائل افراد کی خوراک میں چینی کم کرنے سے اس کی طلب شدید ہوجاتی ہے اور دوسری علامات بھی ظاہر ہوتی ہیں۔



خوراک میں کسی بھی دوسری تبدیلی کی طرح اسے برقرار رکھنا اہم ہوتا ہے۔ اگر آپ چینی کا استعمال کرنا چاہتے ہیں تو آپ کے ابتدائی چند ہفتے انتہائی اہم ہوں گے تاہم یہ کہنا درست نہیں ہوگا کہ چینی آپ کی صحت کے لئے مضر ہے لیکن اعتدال کے ساتھ اس کا استعمال اور ورزش صحتمند خوراک کے ساتھ ضروری ہے۔

☆☆..........☆☆..........☆☆


Totally safe with no Drowsiness
Kent
Trifol+
Cough Syrup & Tablets
Added benefits of natural honey.
• Eases expectoration.
• Reduces bronchial spasm.
• Reduces severity of cough.
• Soothes inflamed and congested mucus.
Kent
TRIFOL+
with Honey
Whooping
Cough Syrup
Controls Chronic Cough
Made With Natural A - Grade Honey
120 ml.
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
Kent
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel



ہومیو پیتھک ڈاکٹر گوہر زمان

ہری پور

معالج کی ڈاک

﴿ہر خاص و عام اور خصوصی طور پر کراچی، سندھ کے عوام کے نام﴾

قارئین! جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ کورونا کے وار جاری تھے تو سیلاب کی تباہ کاریوں نے آ گھیرا۔ ساتھ ہی ڈینگی نے اپنا ڈنکا بجانا شروع کر دیا۔ معاشرے میں ہر طرف، قتل و غارت۔ چوریاں، اسٹریٹ کرائمز، بے حیائی، زنا، دھوکہ، فراڈ، ناجائز منافع خوری، روزمرہ کے معمولات میں شامل ہیں۔ موبائل فون پر لوگوں کو لوٹنے والا گروہ الگ سرگرم ہے۔ رہی سہی کسر مہنگائی نے نکال دی ہے۔ اب حالیہ سیلاب کے بعد تو ان سب جرائم میں مزید سو فیصد اضافے کا امکان ہے۔ ہر کوئی پریشان اور خوفزدہ ہے۔ انسانیت پر ظلم کرنے والو! یاد رکھو! ایک دن تم نے قانون مکافات عمل کے گھیرے میں آنا ہے۔ دیر گیرد۔ ہمہ سخت گیرد! انتظار کیجئے!

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے کہ تم پر کوئی مصیبت نہیں آتی مگر تمہارے اپنے گناہوں کی وجہ سے۔ آیئے ہم سب مل کر اللہ کے حضور دعائیں کریں اور اپنے رب سے اپنے گناہوں کی معافی مانگیں کیونکہ وہ بہت بڑا غفور الرحیم ہے۔ ایسے یاسیت اور خوف کے ماحول کی وجہ سے ہر شخص آج کل متاثر ہے۔ اندریں صورت آپ کو میرا مشورہ ہے کہ کسی ہومیو پیتھک ڈاکٹر سے IGNATIA 1M دوا ایک یا دو ڈرام تیار کروا لیجئے۔ گھر کے سب افراد کو ہفتہ وار ایک ایک خوراک استعمال کرائیں! اس طرح آپ یاسیت اور خوف کی پریشانیوں سے محفوظ رہیں گے۔ اللہ حافظ

☆☆..........☆☆..........☆☆



Kent
Crataegus Heart
Tonic
Kent
120ml
CRATAEGUS
SPECIAL HEART TONIC
Sugar Free Syrup
• Improves Blood Circulation
• Strengthens the Heart
• Cures Depression
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Homoeopathic Medicine
Helps to maintain
Cardiovascular health
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



ادارہ

جدید طبی خبریں

دیر تک جاگنا ٹائپ II ذیابیطس کا سبب بن سکتا ہے، تحقیق



ایک نئی تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ رات کو دیر تک جاگنا جسم میں چکنائی بننے کا سبب بن سکتا ہے جس کے نتیجے میں ٹائپ 2 ذیابیطس لاحق ہونے کے خطرات میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

امریکی ریاست نیوجرسی کے شہر نیوبرنس وک میں قائم رٹگرز یونیورسٹی کے محققین کو ایک تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ رات کو دیر تک جاگنے والوں کو (غیر معمولی نیند) کی معمول کے سبب متاثر میٹابولزم کی وجہ سے ذیابیطس کے خطرات ہوتے ہیں۔

وہ لوگ جو صبح جلدی اٹھتے ہیں وہ چکنائی کو آرام یا ورزش کے دوران توانائی کے ذریعے کے طور پر استعمال کرتے ہیں نتیجتاً ان میں چکنائی کم جمع ہوتی ہے اور ان میں بیماری کے امکانات کم ہوجاتے ہیں۔

رواں سال کے ابتداء میں شائع ہونے والے نارتھ ویسٹرن یونیورسٹی کی ایک تحقیق میں بتایا گیا تھا کہ سوتے وقت روشنی کا موجود ہونا کسی بھی فرد میں ذیابیطس ہونے کے امکانات کو بڑھا دیتا ہے جس سے تقریباً دس فیصد امریکی متاثر ہوتے ہیں۔

یونیورسٹی میں بطور اسسٹنٹ پروفیسر فرائض سرانجام دینے والے ڈاکٹر اسٹیون میلن کا ایک بیان میں کہنا تھا کہ جلدی اٹھنے والوں اور رات دیر سے سونے والوں کے درمیان چکنائی کے میٹابولزم میں فرق یہ بتاتا ہے کہ جسم کی اندرونی گھڑی (سونے جاگنے کا سائیکل) ہمارے جسم کے انسولین کے استعمال کو متاثر کرسکتی ہے۔

انہوں نے کہا کہ انسولین ہارمون کے جواب میں حساس یا کمزور صلاحیت ہماری صحت پر بڑے اثرات ڈال سکتی ہے۔ تحقیق کے نتائج نے ہمارے جسم کی اندرونی گھڑی کے ہماری صحت پر اثرات کے متعلق سمجھ میں اضافہ کیا ہے۔☆☆☆



سانس سے یہ تین بدبوئیں آنا خطرناک ہے



ذیابیطس کا مرض دنیا کو تیزی سے اپنی لپیٹ میں لے رہا ہے۔ عالمی سطح پر 42 کروڑ 20 لاکھ افراد ذیابیطس کے مرض میں مبتلا ہیں جبکہ ہر سال 15 لاکھ اموات اس کے سبب ہوتی ہیں۔

ٹائپ II ذیابیطس سے بچا جانا ممکن ہے اگر اس کو احتیاط سے دیکھا جائے لیکن یہ کیفیت فالج، اعضاء کے کاٹے جانے اور دل کے دورے کا سبب بنتی ہے ان میں سے اکثر پیچیدگیاں بلڈ شوگر کی سطح انتہائی بڑھ جانے کی وجہ سے پیش آتی ہیں۔

صحت کے اداروں کے مطابق یہ تبدیلیاں کسی شخص کی سانس میں تبدیلی لاسکتی ہیں جس کی وجہ سے تین مختلف بدبوئیں بنتی ہیں۔

ڈائیبٹیز کیٹو اسائیڈوسس ذیابیطس کے متعدد مہلک نقصانات میں سے ایک ہے جو خون اور پیشاب میں کیٹونز کی بلند سطح کی وجہ سے ہوتا ہے۔

نیشنل ہیلتھ سروسز کے مطابق اگر ذیابیطس میں مبتلا افراد کے جسم سے انسولین ختم ہونا شروع ہوجائے تو یہ ان کے لئے سنجیدہ نوعیت کا مسئلہ ہوسکتا ہے۔

ادارے نے بتایا کہ اگر جسم میں کیٹونز کے اضافے کا فوری علاج نہ کیا جائے تو یہ مہلک ثابت ہوسکتے ہیں۔

یہ معاملات جگر کے اندر ہوتے ہیں جو چکنائی کو توانائی میں بدلتا ہے جس کو ہم کیٹونز کہتے ہیں، یہ خون کے تیزابی ہونے کا سبب بنتا ہے۔

اس کیفیت کے سب سے خطرناک پہلو ڈی ہائیڈریشن، پوٹاشیم کا عدم توازن اور ایسیڈوسسز (اس کیفیت میں جسم میں تیزاب کی سطح بڑھ جاتی ہے) ہیں جن سے ممکنہ طور پر موت واقع ہوجاتی ہے۔

میڈلائن پلس کے مطابق یہ کیفیت کسی فرد کے سانس میں تین مختلف اقسام کی بدبوؤں کا سبب بن سکتی ہے۔

ادارے کے مطابق سانس سے میٹھی بو، متعدد قے آنے کی وجہ سے خارج ہونے والے فضلے کی بو یا وہ افراد جن کے گردے ناکارہ ہوتے ہیں ان کی سانس سے امونیا جیسی بو آتی ہے

سانس سے یہ بو تب آتی ہیں جب کیٹونز تیزی سے بن رہے ہوتے ہیں اور خون میں جمع ہورہے ہوتے ہیں۔ یہ کیٹونز سانس اور پسینے کے ذریعے جسم سے خارج ہوتے ہیں جس سے ان مختلف بدبوؤں کے آنے کی وجہ سمجھ آتی ہے۔☆☆☆



روزانہ چار کپ چائے ٹائپ II ذیابیطس کے خطرات میں کمی کے لئے مددگار



ایک تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ روزانہ چار یا اس سے زیادہ کپ چائے پینے سے ٹائپ II ذیابیطس کے خطرات میں کمی واقع ہوسکتی ہے۔

اسٹاک ہوم میں ذیابیطس پر کئے جانے والے مطالعات کے حوالے سے منعقد ہونے والی سالانہ تقریب میں پیش کی گئی اس تحقیق میں دیکھا گیا کہ دس سال سے زائد کے عرصے میں روزانہ قہوہ، سبز چائے یا لونگ کی چائے پینے سے ذیابیطس لاحق ہونے کے امکانات 17 فیصد کم ہوئے تھے۔

تحقیق کے مطابق روزانہ ایک سے تین کپ چائے پینے کے سبب ذیابیطس کے امکانات چار فیصد تک کم ہوجاتے ہیں۔

ووہان یونیورسٹی آف سائنس اینڈ ٹیکنالوجی سے تعلق رکھنے والے تحقیق کے سربراہ مصنف شیا ینگ لی کا کہنا تھا کہ محققین کے نتائج دلچسپ ہیں کیونکہ نتائج بتاتے ہیں کہ لوگ ٹائپ II ذیابیطس لاحق ہونے کے خطرات کو کم کرنے کے لئے روزانہ چار کپ چائے پینے جیسا سادہ کام کرسکتے ہیں۔

گزشتہ تحقیق میں معلوم ہوا تھا کہ چائے ہماری صحت کے لئے جزوی طور پر فائدہ مند ہوسکتی ہے کیونکہ اس میں اینٹی آکسیڈنٹس اور پولی فینولز ہوتے ہیں جو بیماریوں کے خلاف حفاظت کرسکتے ہیں۔

تاہم ٹائپ II ذیابیطس کے خطرات کو کم کرنے کے لئے ماہرین نے اس بات پر اتفاق کیا ہے کہ لوگوں کو اپنے وزن کا خیال رکھنا چاہیے کیونکہ موٹاپا 80 سے 85 فیصد تک اس بیماری کا سبب بنتا ہے۔

10 لاکھ سے زائد لوگوں پر کئے گئے 19 مطالعات کے جائزے پر مبنی یہ تحقیق فی الحال کسی جرنل میں شائع نہیں کی گئی ہے۔

شیمپو میں موجود یہ کیمیکلز بالوں کو نقصان پہنچا رہے ہیں



ماہرین کا کہنا ہے کہ پروٹین اور آئرن سے بھرپور غذا کے استعمال کے ساتھ بالوں کے لئے ممکنہ نقصانات رکھنے والے کیمیکلز کے حامل شیمپوؤں سے بچ کر مرد حضرات بالوں کے گرنے سے چھٹکارہ پانے میں مدد حاصل کرسکتے ہیں۔

امریکی شہر کولمبس میں قائم اوہائیو اسٹیٹ یونیورسٹی کی

ایک ماہر امراض جلد ڈاکٹر سوزین میسک نے اس بات پر زور دیا ہے کہ مردوں کو جتنی جلدی ہو سکے اپنی زیادہ تر غذا انڈے، بیف، چنے، لوکی کے بیج اور سیاہ لوبیا پر مشتمل کر لینی چاہیے۔

انہوں نے کہا کہ اضافی پروٹین بالوں کے غدود کے بڑھنے میں مدد دیں گے جبکہ اضافی آئرن کی مدد سے ریڈ بلڈ سیلز زیادہ مقدار میں آکسیجن خلیوں تک لے جاسکیں گے۔

اس سے قبل دیگر ماہرین نے ایسے شیمپوؤں کے استعمال سے خبردار کیا تھا جن میں سلفیٹ اور فورمل ڈی ہائیڈ ہوتا ہے۔ سلفیٹ تقریباً ہر شیمپو میں موجود ہوتا ہے جس کی وجہ سے سفید جھاگ بنتے ہیں جبکہ فارمل ڈی ہائیڈ ایک کلینگ ایجنٹ ہوتا ہے جو بیکٹیریا کو مارتا ہے۔

ماہرین کے مطابق یہ اجزاء بالوں کو نقصان پہنچا سکتے ہیں اور سر میں خارش کرتے ہوئے بالوں کے گرنے کے عمل میں اضافہ کر سکتے ہیں اگرچہ تحقیق سے ان باتوں کی تصدیق ابھی باقی ہے۔



اخروٹ کا استعمال بڑھاپے میں بہتر صحت کا سبب بن سکتا ہے



پروٹین اور دیگر غذائی اجزاء سے بھرپور اخروٹ کو ہمیشہ سے انسانی صحت کے لئے انتہائی مفید قرار دیا جاتا رہا ہے۔ اب ایک نئی تحقیق میں معلوم ہوا ہے کہ زندگی کے اوائل میں باقاعدگی سے اخروٹ کھانا بڑھاپے میں بہتر صحت کا سبب ہوسکتا ہے۔

یونیورسٹی آف مینیسوٹا کے محققین نے ایک نئی تحقیق میں شرکاء کی بیس سال کی غذائی تاریخ اور تیس سال کی جسمانی اور مطبی پیمائشوں کا معائنہ کیا۔

تحقیق میں انہوں نے دیکھا کہ جن شرکاء کی زندگی کے اوائل میں غذا اخروٹ پر مشتمل تھی ان کے جسمانی طور پر زیادہ فعال ہونے اور ان میں عمر بڑھنے کے ساتھ امراض قلب کے لاحق ہونے کے خطرات کے امکانات کم تھے۔

ڈاکٹر لن ایم اسٹیفن کا کہنا تھا کہ اخروٹ کھانے والے افراد کی غذا کے ان کی صحت پر حیران کن مثبت اثرات یہ بتاتے ہیں کہ یہ میوہ لوگوں کی طرز زندگی میں صحت مند عادات اور غذا اپنانے میں مدد کر سکتا ہے۔

اخروٹ وہ واحد خشک میوہ ہے جو اومیگا۔3 ایلفا لائنو لینک ایسڈ کا ذریعہ ہے۔اس عنصر کے متعلق خیال کیا جاتا ہے کہ یہ دل و دماغ کی صحت اور صحت مند عمر درازی میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔

ڈاکٹر اسٹیفن کا مزید کہنا تھا کہ اخروٹ کھانے والوں کے جسم کے منفرد فینو ٹائپ (کسی فرد کے مشاہدہ ہونے والی خصوصیات جیسے کہ قد، خون کا گروپ وغیرہ) ہوتے ہیں۔اس کے علاوہ وہ لوگ جو ابتدائی عمر میں اخروٹ کھانا شروع کردیتے ہیں ان میں دائمی بیماریوں جیسے کہ امراض قلب، موٹاپا اور ذیابیطس کے خطرات بہت کم ہوجاتے ہیں۔☆☆☆

روزانہ ایک گلاس دودھ پینا ٹائپ ٹو ذیابیطس سے بچاؤ میں معاون ہے، تحقیق



ایک تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ روزانہ دودھ کا ایک گلاس پینے اور دہی کھانے سے ٹائپ ٹو ذیابیطس سے بچنے میں مدد مل سکتی ہے جبکہ بیف، مٹن، پروسیسڈ اور چکن کا گوشت کا زیادہ استعمال متضاد اثرات کا سبب بن سکتا ہے۔

اطالوی تحقیق میں حاصل ہونے والے نتائج کی بناء پر محققین نے زیادہ گوشت کھانے والوں کو مچھلی کا گوشت اور انڈے بطور متبادل غذا کے تجویز کئے ہیں۔

سائنسدانوں کی جانب سے یہ نتائج ڈیری اشیاء کے خلاف بڑھتے رجحان کے دوران آئے ہیں۔اس معاملے میں ماہرین لوگوں کو خبردار کرتے دکھائی دیتے ہیں کہ دودھ، مکھن اور پنیر میں بڑی مقدار میں کیلوریز اور سیچوریٹڈ چکنائی (وہ چکنائی جو عام درجہ حرارت پر نہیں پگھلتی) ہوتی ہے جو متعدد صحت کے مسائل کا سبب بن سکتی ہے۔

ٹائپ ٹو ذیابیطس کے خطرات کو کم کرنے کے لئے ماہرین پودوں پر اگنے والی غذا یعنی اجناس، سبزیاں، پھل، دالیں اور کم چکنائی والا دودھ اور دہی کھانے کی ہدایت کرتے ہیں۔

تاہم یونیورسٹی آف نیپلز فیڈریکو دوم کے ماہرین کہتے ہیں کہ جانوروں سے حاصل ہونے والی پروٹین کے تمام اقسام مساوی طور پر غذائیت سے بھرپور نہیں ہوتیں۔

ٹائپ ٹو ذیابیطس تب واقع ہوتی ہے جب خلیے انسولین کے مزاحم بن جاتے ہیں۔انسولین وہ ہارمون ہوتا ہے جو بلڈ شوگر کو مستحکم رکھتا ہے۔اگر اس کا بروقت علاج نہ کیا جائے تو یہ مہلک ثابت ہوسکتا ہے اور امراض قلب، ہاتھ پیروں کے کاٹے جانے اور بینائی کے چلے جانے سمیت دیگر سنجیدہ مسائل کا سبب بن سکتا ہے۔

خاموش قاتل کے طور پر جانی جانے والی یہ بیماری ہر سال 45 برطانیوں اور 3 کروڑ امریکیوں کو متاثر کرتی ہے☆☆



سبز چائے، ذیابیطس اور جسمانی سوزش میں مفید ثابت



ایک نئی تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ سبز چائے کے بہت سے فوائد میں سے ایک یہ بھی ہے کہ یہ جادوئی مشروب ذیابیطس میں مفید ثابت ہوسکتا ہے اور معدے کے نظام میں موجود بیکٹیریا کو صحت مند رکھتے ہوئے اندرونی جسمانی سوزش (انفلیمیشن) بھی کم کرتا ہے۔

اس ضمن میں ماہرین نے میٹابولک سنڈروم کے مریض اور تندرست افراد پر سبز چائے کے اجزاء آزمائے اور ان کے نتائج دیکھے ہیں۔ اس تحقیق میں اوہایو اسٹیٹ یونیورسٹی کے سائنسدانوں نے بتایا کہ سبز چائے انسانی معدے اور نظام ہاضمہ میں مفید بیکٹیریا بڑھاتی ہیں جس سے میٹابولک سنڈروم سے وابستہ طبی خطرات کم ہوتے ہیں

ان امراض میں ذیابیطس، امراض قلب اور فالج وغیرہ قابل ذکر ہیں۔ نئی تحقیق میں جامعہ اوہایو نے پروفیسر رچرڈ برونو نے چوہوں پر تجربات کئے ہیں۔ جب انہوں نے سبز چائے کے مفید اجزاء چوہوں کی غذا میں ملائے تو پہلے آنتوں اور معدے میں مفید بیکٹیریا بڑھے۔ ان سے پورا نظام بہتر ہوا۔

اس کے بعد چوہوں میں کارڈیو میٹابولک یعنی دل سے وابستہ مسائل کم دیکھے گئے جو ایک اہم دریافت ہے۔ گرین ٹی سے محروم چوہوں میں کارڈیو میٹابولک امراض کی شرح زیادہ تھی۔ اس کے بعد انسانوں پر آزمائش شروع ہوئی۔ اس مطالعے میں کل 40 افراد شامل کئے گئے جن میں سے 21 میٹابولک سنڈروم کے شکار تھے جبکہ بقیہ 19 افراد تندرست تھے۔

شرکاء کو 28 روز تک کیٹاچن سے بھرپور چیونگم جیسی شے کھلائی گئی جس میں پانچ کپ گرین ٹی کے برابر غذائیت تھی اس کے بعد تمام شرکاء کو مزید 28 روز تک فرضی دوا دی گئی اور ان کے درمیان ایک ماہ کا وقفہ رکھا گیا۔

اس دوران شرکاء کے خون میں شکر، چکنائی اور دیگر اجزاء کو نوٹ کیا گیا اور آنتوں میں جلن ناپنے کے لئے فضلے کے ٹیسٹ بھی لئے گئے جن افراد نے گرین ٹی کے اجزاء استعمال کئے ان کے خون میں گلوکوز کی شرح کم تھی اور اندرونی سوزش بھی نمایاں طور پر کم ہوئی تھی۔ ☆☆☆



خوش ذائقہ انار امراض قلب اور ذیابیطس سے بچانے میں اہم کردار ادا کرتا ہے



آئے دن انار کے نئے فوائد سامنے آتے رہتے ہیں اب ماہرین نے پرزور انداز میں کہا ہے کہ یہ ایک سپرفوڈ ہے جو ذیابیطس کو روکتا ہے اور دل کی حفاظت کرتا ہے۔

اس کے علاوہ بھی انار علاج بالغذا کی ایک بہترین مثال ہے اور کئی بیماریوں سے بچاتا ہے ۔اس ضمن میں غذائیت کی بین الاقوامی ماہر کہتی ہیں کہ فلے وینوئڈز، اینٹی آکسیڈنٹس اور دیگر غذائی اجزاء سے بھرپور انار آپ کے جسم کو اندرونی طور پر ایک نئی تازگی بخشتا ہے۔

وٹامن اے، سی اور دیگر قیمتی اینٹی آکسیڈنٹس کی وجہ سے انار دل ودماغ کا بھی دوست ہے۔ ماہرین نے کہا ہے کہ اس کا رس پینے سے بہتر ہے کہ چبا کر کھایا جائے تاکہ فائبر اور دیگر اجزاء بھی آپ کے جسم میں پہنچ سکیں۔

انار کے دانوں کی سفید سے سرخ ہوتی رنگت اس میں



اینٹی آکسیڈنٹس کی مقدار بتاتی ہے اور یہی وجہ ہے کہ یہ بہترین اجزاء سے لبالب بھرا ہوتا ہے۔ بعض اناروں میں سبز چائے سے زیادہ اینٹی آکسیڈنٹس ہوتے ہیں جو ایل ڈی ایل یا مضر کولیسٹرول کم کرتا ہے۔

پولی فینول عمر رسیدگی کو خلوی سطح تک روکتے ہیں اور خون کی روانی کو برقرار رکھتے ہیں۔ اس میں فائبر، فولیٹ، پوٹاشیم اور وٹامن کے بھی خوب پایا جاتا ہے۔ یہ دل کی رگوں میں مضر چکنائی جمع ہونے سے قبل ہی انہیں روکتا ہے۔ اس کے علاوہ رگوں کی بندش اور تو ند کو بھی کم کرتا ہے۔

پھر 2017ء میں آٹھ ایسی تحقیقات سامنے آئیں جن میں کہا گیا تھا کہ انار کا رس بلڈ پریشر کو معمول پر رکھتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ انسولین کی صورتحال بھی بہتر کرتا ہے۔ کئی تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ ذیابیطس کے مریضوں کو اس سے بہت فائدہ ہوسکتا ہے اس میں اندرونی سوزش (انفلیمیشن) کم کرنے والے اجزاء بھی موجود ہوتے ہیں۔

دوسری جانب کئی تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ بالخصوص چھاتی اور بڑی آنت کے سرطان کو روکنے میں بھی انار کے اجزاء اہم کردار ادا کرسکتے ہیں۔

☆☆..........☆☆..........☆☆



Kent
Height
Weight
Mind
Calcium
Iron
کمزور بچوں کی نشوونما کرے
قد بڑھائے اور وزن میں اضافہ کرے
Kent
Pedia Fast
(Grow fast)
Nutritional Supplement for growing kids
Homoeopathic Formula
2+2=4
Height & Weight Gain
Improves Memory
Provides calcium Improves Appetite
Increases Energy
CHOCOLATE FLAVOUR
Net 400g
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


Kent
NERVE & BONE
Liniment
Kent
60ml
NERVE
AND
BONE
LINIMENT
SOOTHES
RHEUMATIC PAIN, STRAINS
SPRAINS, BRUISES, LUMBAGO
STIFFNESS, SCIATICA, ETC
INVALUABLE FOR ATHLETES
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
جوڑوں کے درد
رگوں میں بل پڑ جانا
کمر میں درد، پٹھوں میں کھنچاؤ
عرق النساء کا درد
چوٹ، موچ اور گھٹیا وی درد
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


KENT 67
Drops
ہرنیا، آنت اترنا
30ml
KENT
67
DROPS
ہرنیا، آنت اترنا
ہرنیا کا مرض
پیٹ پر دباؤ، شدید درد
عضلاتی کمزوری
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


Kent Anti Rash
Ointment
• ریشزاور نیپی ریشز
• جلد میں جلن یا سوزش
• سرخ چھالے
• جلد کا چھِل جانا
Anti-Rash
Ointment
Fast relief from Rashes and Nappy Rashes
20gm

Kent

Anti Crack
Cream



- ایڑھیوں کا پھٹنا
- جلد کا کٹنا
- جلد کا خشک ہونا



Quality Products Since 1971 Trusted Brand

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


Kent
Syzygium & Damiana
Diabetes Drops
Drops
• شوگر کے ساتھ مردانہ کمزوری کا مؤثر علاج
• بے چینی، ذہنی دباؤ، اعصابی کمزوری اور ڈپریشن کو دور کرے
• شوگر کے باعث ہونے والی کمزوریوں کو دور کرے
30ml
Kent
SYZYGIUM
DIABETES
DROPS
Diabetes Mellitus and Associated Symptoms
30ml
Kent
DAMIANA
Drops
Male Tonic
Homoeopathic Medicine
یہ ادویات پاکستان کے ہر اسٹور پر دستیاب ہے۔
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


Kent
Ashwabulus & Damiana
Drops
Drops
مردوں کے لیے
خاص مردانہ کمزوری کے لیے
دونوں ادویات کا کمبینیشن استعمال آپکو کردے جوان
ہر عمر کے مردوں کے لیے مفید
Kent
30ml
Ashwabulus
Drops
Power pack of Ashwagandha with Tribulus Terrestris extract
Kent
30ml
DAMIANA
Drops
Male Tonic
Homoeopathic Medicine
یہ ادویات پاکستان کے ہر اسٹور پر دستیاب ہے۔
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
Kent
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


FLUSH IT ALL OUT. NATURALLY.
ہومیوپیتھک ادویات
ادرک
لیموں
لہسن
سرکہ سیب
Kent Jam-e-SEHAT Sugar Free Tonic 250ml
کینٹ®
۲۵۰ ملی لیٹر
جامِ صحت
شوگر فری
ٹانک
ملٹی فنکشنل نیچرل کیور
ادرک، لہسن، سرکہ سیب
اور لیموں کے ساتھ
Kent® Jam-e-SEHAT
250ml
Sugar Free Tonic
خون پتلا کرے اور کولیسٹرول کنٹرول کرے۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



کیل، مہاسے، دانے، داغ دھبوں
کے لیے برسوں سے آزمودہ خاص فارمولا
Kent
Acne Cure
Cream
20 gm
ایکنی کیور
میڈیکیٹڈ کریم
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



Kent
Rauwolfia
H.B.P Capsules
Kent
Rauwolfia
H·B·P Capsules
30 Capsules
Controls High Blood Pressure
Safe & Natural Formula
Kent Rauwolfia H·B·P Capsules
بلند فشار خون کنٹرول کرے
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel

Kent

Skin

Ointment





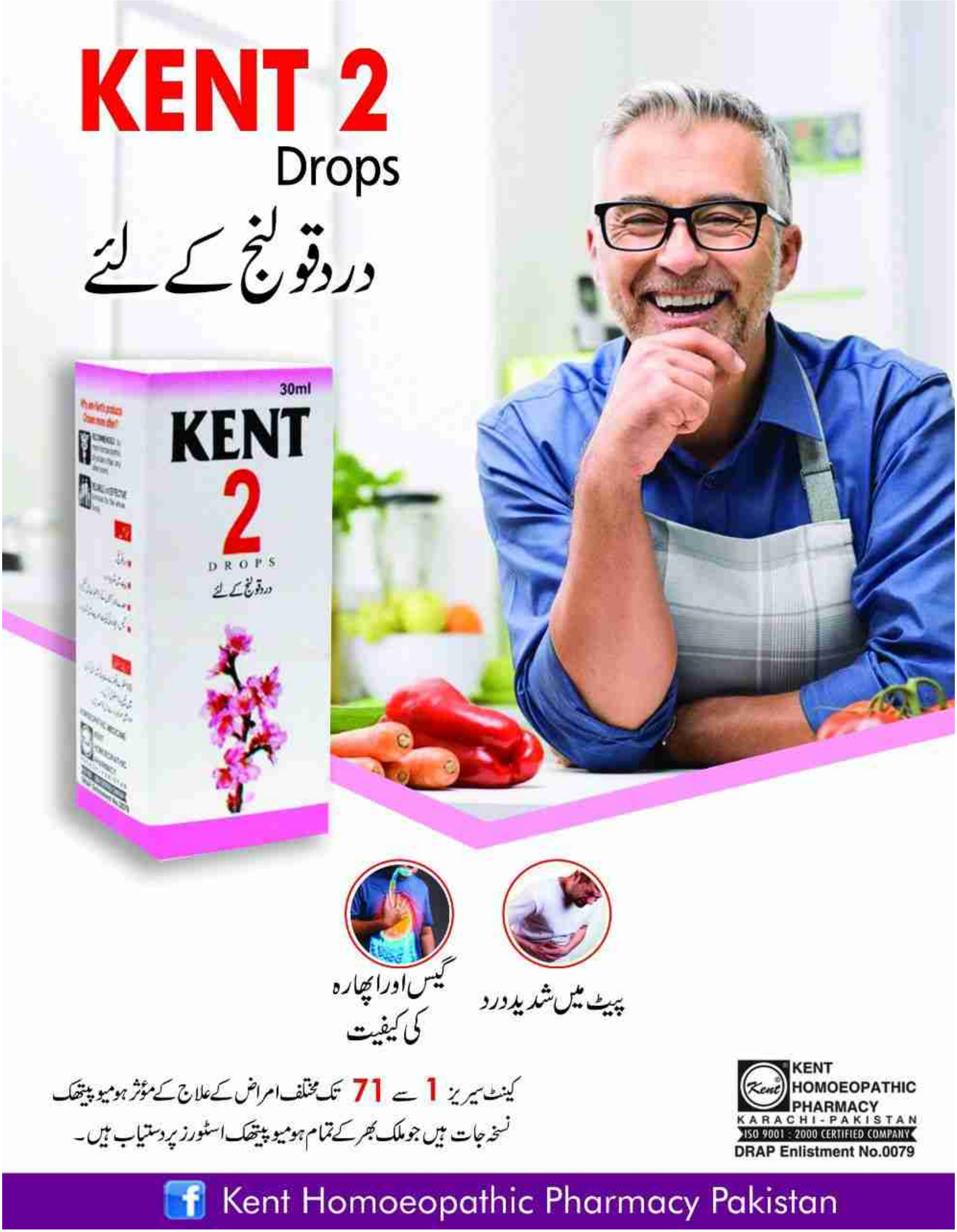
پھوڑے، پھنسیاں، داد، چنبل اور دھدر کا مؤثر علاج

Since 1971
QUALITY PRODUCTS
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


KENT 19
Drops
بے خوابی کے لئے
30ml
KENT
19
DROPS
بے خوابی
بے خوابی
نیند کی کمی
ڈپریشن
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 2
Drops
درد قولنج کے لئے
30ml
KENT
2
DROPS
درد قولنج کے لئے
گیس اور اپھارہ کی کیفیت
پیٹ میں شدید درد
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹورز پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

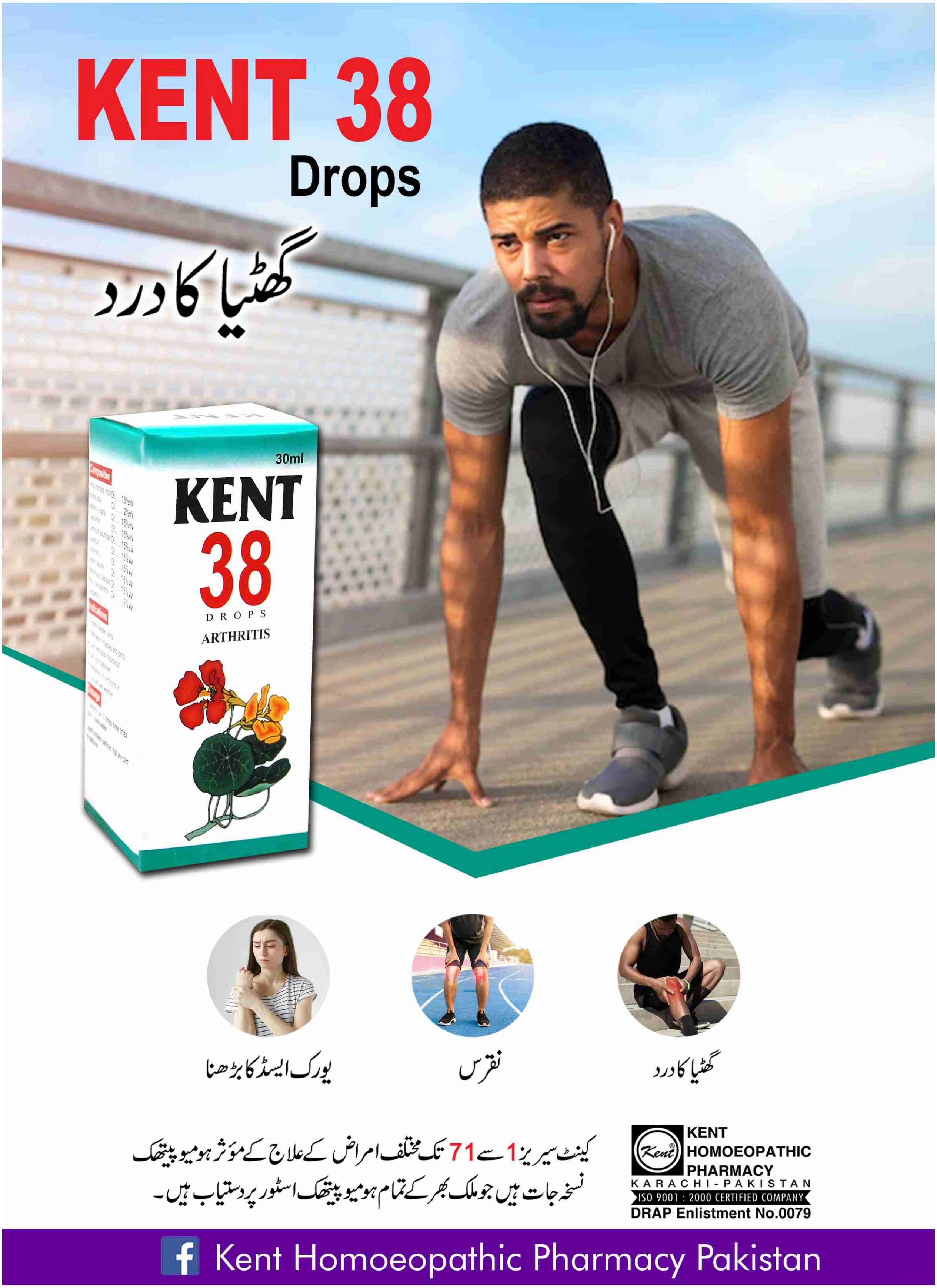

HM 07
ProstaVit Drops
مثانے کی کمزوری کے لیے
HERBAMED
Homöopathic Phytotherapie
ProstaVit
Prostate drops
HM 07
Original packing
HERBAMED AG, 9055 Bühler
Made in Switzerland
HERBAMED
Homöopathic Phytotherapie
ProstaVit
Prostate drops
HM 07
Original packing
HERBAMED AG, 9055 Bühler
Made in Switzerland
پیشاب کھل کر نہ آنا
مثانے کی کمزوری
پروسٹیٹ گلینڈ کا بڑھ جانا
MEHAR IMPEX
Store & Clinic
Mehar Impex
Homoeopathic Store and Clinic
0335 3276603
021-32623912 - 32628814



QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


KENT 38
Drops
گھٹیا کا درد
30ml
KENT
38
DROPS
ARTHRITIS
یورک ایسڈ کا بڑھنا
نقرس
گھٹیا کا درد
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


Kent
Avena
Super Tonic
Syrup and Capsules
A Superb Tonic For Brain & Nerves
AVENA SUPERTONIC
Kent Homoeopathic Pharmacy Karachi.
30 Capsules
Kent AVENA SUPER TONIC
A Superb Tonic For Brain & Nerves
اعصابی اور دماغی کمزوری کے لیے مؤثر ٹانک
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


KENT 15
Drops
جوڑوں کے درد کے لیے
30ml
KENT
15
DROPS
RHEUMATISM
جوڑوں میں سوجن
جوڑوں میں اکڑن
جوڑوں کا درد
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
Kent
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


Kent
Calcium
Liquid and Tablets
Kent 120ml
Calcium
LIQUID
Calc Phos
with
Ferrum Phos
Helps to maintain
Strong bones
for men & women of all ages
also Ideal for
Children
Kent 30 Tablets
Calcium
Tablets
Calcium Phos
with
Ferrum Phos
Helps to maintain
Strong bones
for men & women of all ages
also Ideal for
Children
DRAP Enlistment No.0079
کیلشیم اور آئرن سے بھرپور سپلیمنٹ
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel



KENT 45
Drops
قلت حیض
30ml
KENT
45
DROPS
AMENORRHOEA
ہارمونز کی خرابی
خون کی کمی
بندش حیض
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
Kent
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 66
Drops
رسولیاں / گلٹیاں
30ml
KENT
66
DROPS
رسولیاں / گلٹیاں
بڑھی ہوئی رسولیاں
سرطان کی گلٹیاں
جلدی سوزش اور دانے
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



KENT 46
Drops
کثرت حیض
30ml
KENT
46
DROPS
کثرت حیض
ماہواری میں درد
سیلان خون کے دورے
پستانوں میں درد
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan





اعصابی کمزوری



تھکن و اعصابی تناؤ



بے چینی، بے سکونی

کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 6
Drops
دل کے لئے مقوی ٹانک
30ml
KENT
6
DROPS
دل کے لئے مقوی ٹانک
دل کے شریانوں کی تنگی
دل کا درد اور ورم
انجائنا کے درد میں مفید
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan





خونی و بادی بواسیر



قبض کو دور کرے

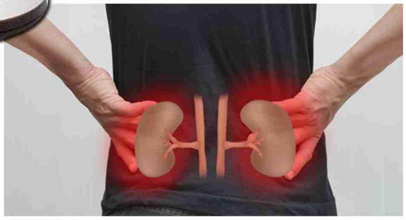


شریانوں اور وریدوں کی سوزش

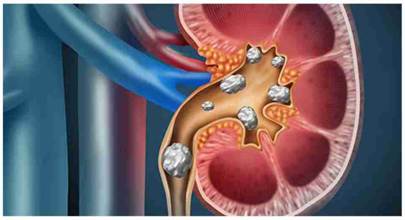




گردوں ومثانوں کے درد سے نجات دے



اندرونی جھلیوں کی سوزش



گردے اورمثانے کی پتھری وسوزش

Mehar Impex

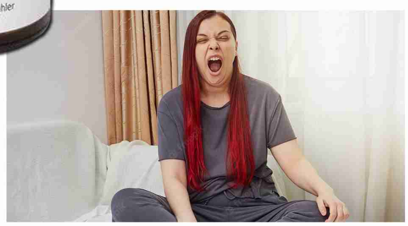
Homoeopathic Store and Clinic

0335 3276603 | 021-32623912 - 32628814





اعصابی تناؤ کے باعث نیند کا متاثر ہونا



جسمانی و دماغی تھکاوٹ



نیند کی کمی، نیند کا پرسکون نہ ہونا

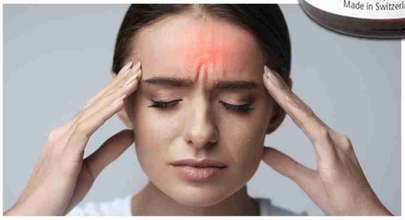

HM 16
Medolor Drops
حیض کی خرابی، قلت حیض کے لیے
HERBAMED
Homöopathie Phytotherapie
Medolor
Drops against menstrual complaints
HM 16
Original packing
HERBAMED AG, 9055 Bühler
Made in Switzerland
HERBAMED
Homöopathie Phytotherapie
Medolor
Drops againts menstrual complaints
HM 16
Original packing
HERBAMED AG, 9055 Bühler
Made in Switzerland
ہارمونز کی افعالی خرابیاں
خون کی کمی کو دور کرے
قلت حیض کے لیے
MEHAR IMPEX
Store & Clinic
Mehar Impex
Homoeopathic Store and Clinic
0335 3276603
021-32623912 - 32628814

HM 01

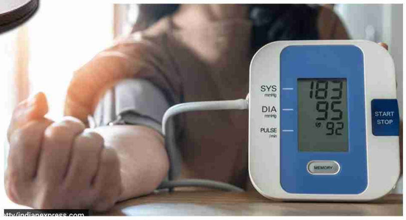
Aequalin Drops

ہائی بلڈ پریشر کے لیے





سر درد و چکر آنا



بلڈ پریشر کو کنٹرول کرے



بند شریانوں کو کھولے



KENT 57
Drops
ہڈیوں کی سوزش
30ml
KENT
57
DROPS
OSTEOARTHRITIS
ہڈیوں میں درد
کیلشیم کا کم ہونا
ہڈیوں کا نرم پڑنا
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



KENT 21
Drops
برص (سفید دھبوں) کے لئے
30ml
Why are Kent's products Chosen more often?
RECOMMENDED by more homoeopathic physicians than any other brand.
RELIABLE and EFFECTIVE formulas for the whole family.
KENT
21
DROPS
برص (سفید دھبوں) کے لئے
HOMOEOPATHIC MEDICINE
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
برص اور جلد پر سرخ نشانات
جلدی دانے اور چنبل
جلد پر سفید دھبے
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 3
Drops
ہر قسم کی کھانسی کے لئے
30ml
KENT
3
DROPS
ہر قسم کی کھانسی کے لئے
گلے کی سوزش
بلغمی کھانسی
کالی کھانسی
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


Kent
Sharbat
Faulad
Tonic
کینٹ
شربت
فولاد
آئرن سے بھرپور سپلیمنٹ
250 ml
Kent
Sharbat
FAULAD
Iron rich supplement
A Natural Product
250 ml
آئرن کی کمی دور کرے، طاقت و توانائی دے۔
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


KENT 1
Drops
دمہ کے لیے
30ml
KENT
1
DROPS
دمہ کے لئے
سانس کی نالی میں سوزش
کھانسی کے شدید دورے
ہر قسم کا دمہ
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



KENT 11
Drops
جگراور پتّے کے
امراض کے لیے
30ml
KENT
11
DROPS
جگراور پتے کے
امراض کے لئے
جگراور پتّے کے امراض
ہاضمے کی خرابی
پتّے اور جگر میں ورم
کینٹ سیریز 1 سے 71 تک مختلف امراض کے علاج کے مؤثر ہومیو پیتھک
نسخہ جات ہیں جو ملک بھر کے تمام ہومیو پیتھک اسٹور پر دستیاب ہیں۔
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



کیلشیم اور آئرن سے بھرپور سپلیمنٹ
Kent
Calcium
Liquid and Tablets
Kent 120ml
Calcium LIQUID
Calc Phos 1X
with
Ferrum Phos 1X
Helps to maintain
Strong bones
for men & women of all ages
also Ideal for Children
Kent 30 Tablets
Calcium Tablets
Calcium Phos
with
Ferrum Phos
Helps to maintain
Strong bones
for men & women of all ages
also Ideal for Children
ہڈیوں کو کیلشیم فراہم کرے اور مضبوط بنائے۔
آئرن کی کمی دور کرے اور نیا خون پیدا کرے۔
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
Kent
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel

Widest range of Single Remedies, Bio-Combinations and Biochemics by Kent

Highly Effective and Excellent Quality

Biochemics

Bio-combinations

Single Remedies



QUALITY PRODUCTS Since 1971 TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

kentpharma

The Sehat Channel


جوڑوں کے درد میں دے فوری آرام
Kent Analgesic PLUS
Cream
For quick & effective relief from pain & inflammation
Natural Homoeopathic Formula
Kent
Analgesic Plus
Cream
kentpharma
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

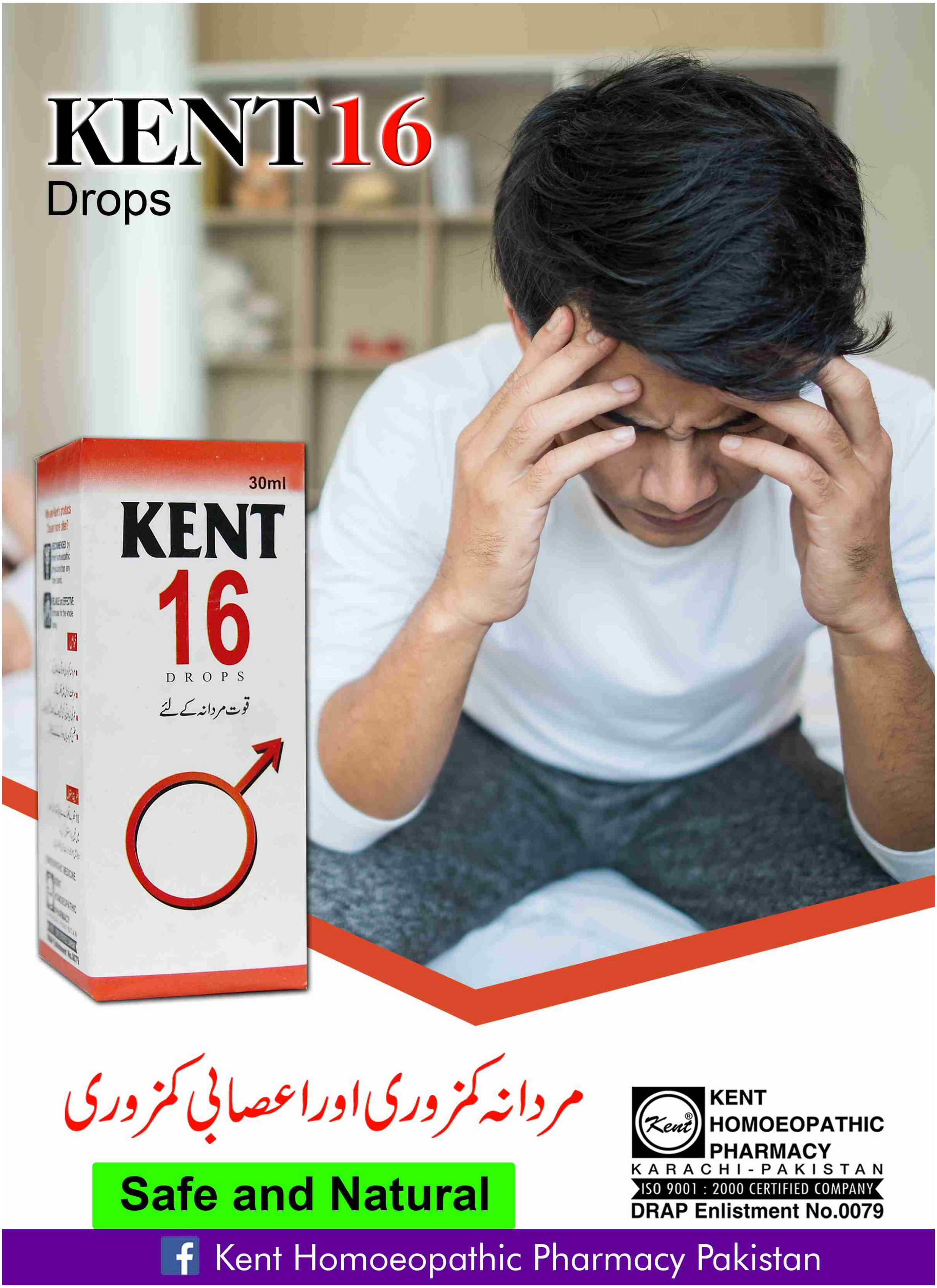


مردانہ کمزوری کے لیے

Safe and Natural

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI - PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


KENT 16
Drops
30ml
KENT
16
DROPS
قوت مردانہ کے لئے
مردانہ کمزوری اور اعصابی کمزوری
Safe and Natural
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



مردانہ قوت کے لیے کریم

Safe and Natural

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

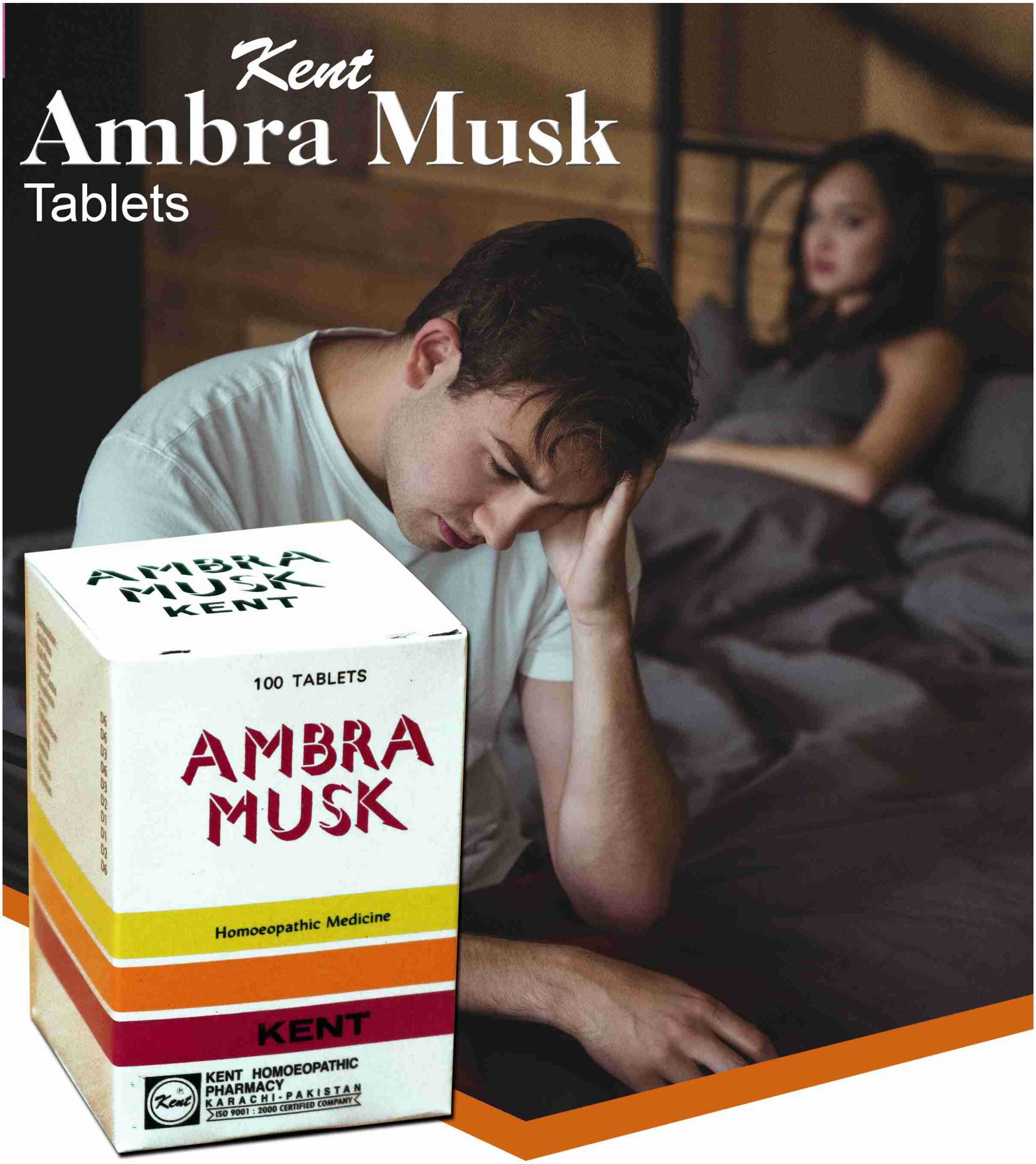


Spray for Impotency

(For external use only)

Safe and Natural

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079



مردانہ کمزوری کے ساتھ جنسی عدم رغبتی

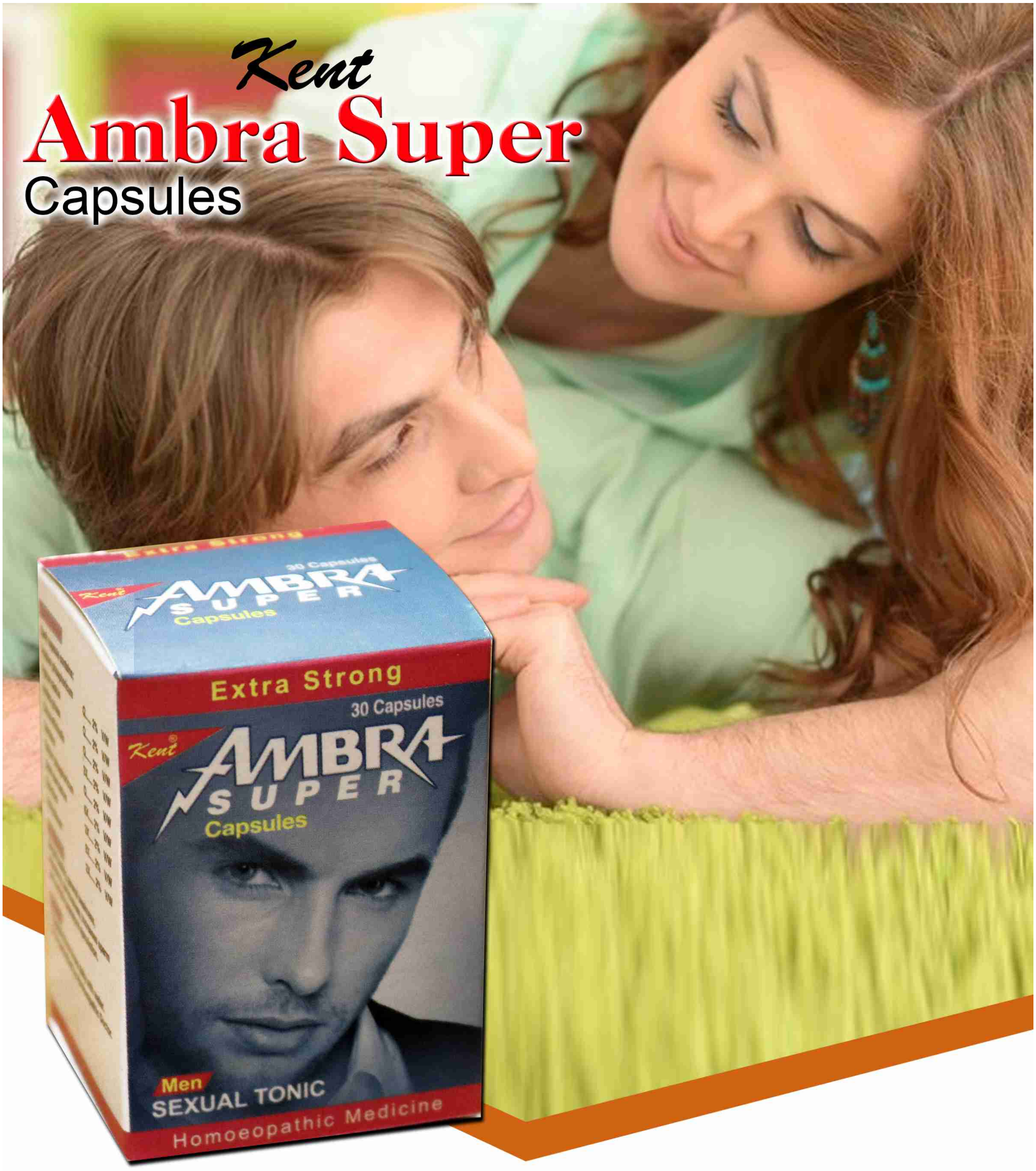
Safe and Natural

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



KENT 50
Drops
30ml
KENT
50
DROPS
جنسنگ
مردانہ قوت اور جسمانی توانائی
کے لیے جنسنگ فارمولا
Safe and Natural
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

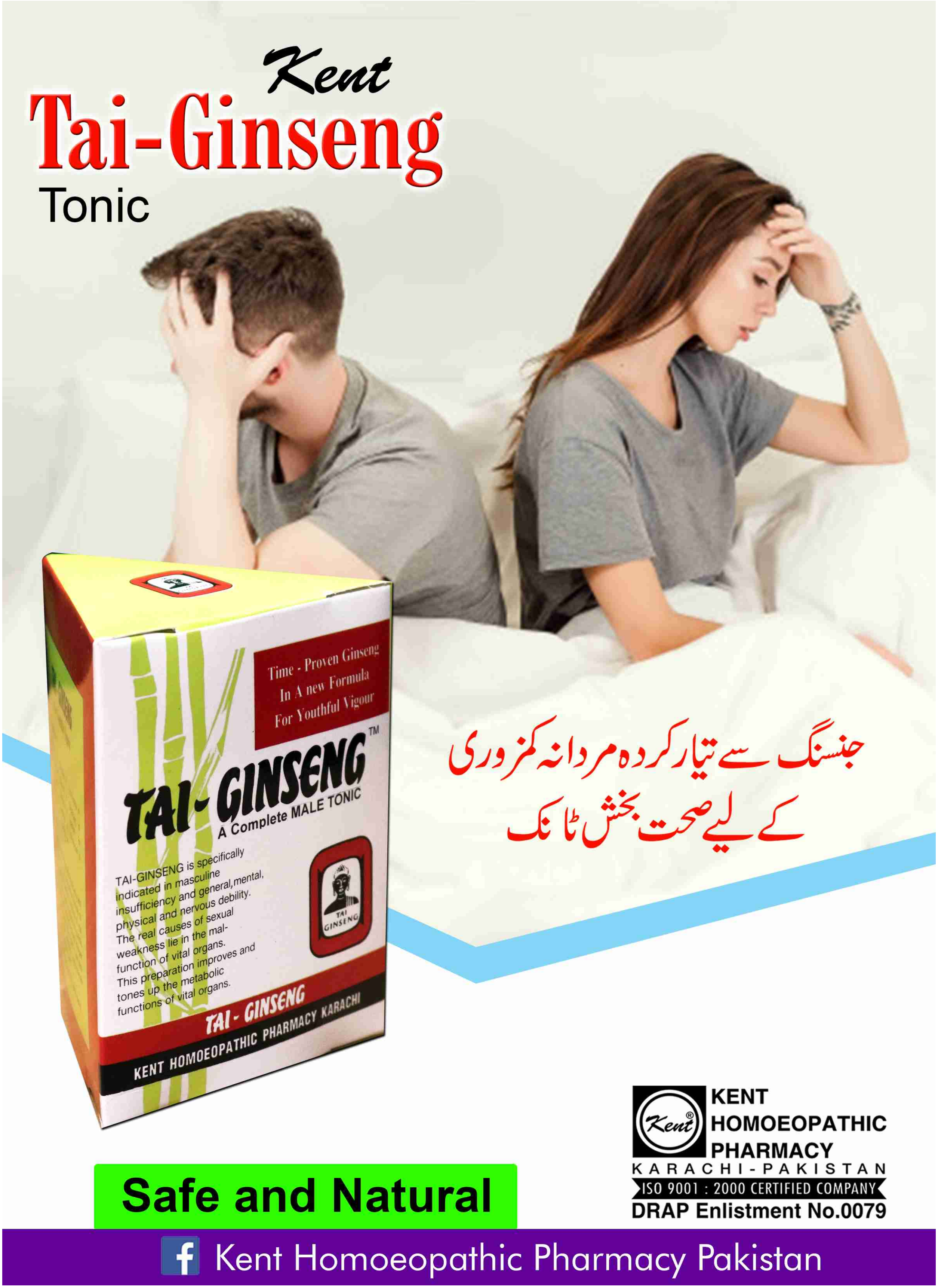


قوت مردانہ کے لیے امبرا کے ساتھ

Safe and Natural

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


Kent
Tai-Ginseng
Tonic
Time - Proven Ginseng
In A new Formula
For Youthful Vigour
TAI-GINSENG™
A Complete MALE TONIC
TAI-GINSENG is specifically indicated in masculine insufficiency and general, mental, physical and nervous debility. The real causes of sexual weakness lie in the mal-function of vital organs. This preparation improves and tones up the metabolic functions of vital organs.
TAI GINSENG
TAI - GINSENG
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY KARACHI
جنسنگ سے تیار کردہ مردانہ کمزوری
کے لیے صحت بخش ٹانک
Safe and Natural
Kent®
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan



مردوں میں اسپرم کی افزائش کے لیے مؤثر

Safe and Natural

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

Kent

Ashwabulus
Drops

Composition

Ashwagandha Ø..........10% v/v
Tribulus terrestris Ø..........10% v/v
Excipients q.s.





خواص

- اعصابی تناؤ میں کمی کرے، قلبی نظام پر اثرانداز ہوئے بغیر دیرپا طاقت فراہم کرے۔
- جسم میں موجود کورٹیسول ہارمون میں بہتری پیدا کرے جس سے اعصابی تناؤ میں کمی پیدا ہوتی ہے۔
- مرداورخواتین میں شہوت کی کمی کے باعث جنسی عدم رغبتی کے لیے مؤثر۔
- مرداورخواتین کے لیے طاقت اورتوانائی سے بھرپور قدرتی سپلیمنٹ۔

QUALITY PRODUCTS Since 1971 TRUSTED BRAND

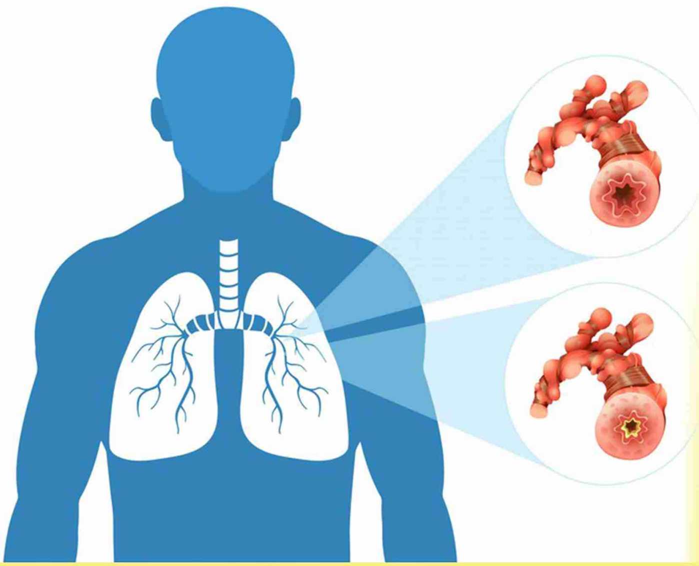
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

Kent
Aspidosperma
Drops

Composition

Aspidosperma (Quebracho) Ø (EHPI)





خواص

- نظام تنفس اور اس سے متعلقہ امراض کے لیے۔
- دمہ اور سانس لینے میں دقت۔
- کھانسی اور اس کے علاوہ بلغم کی زیادتی کے باعث سینے کی جکڑن۔
- سانس لینے کی دشواری میں آرام دے۔
- پھیپھڑوں کو تقویت دے اور کارکردگی کو بہتر بنائے۔

QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

Kent

Spondy Cure

Drops

Composition

Arnica montana	6 (EHPI).....2.5% v/v
Bryonia alba	6 (EHPI).....2.5% v/v
Gnaphalium	6 (EHPI).....2.5% v/v
Rhus toxicodendron	6 (EHPI).....2.5% v/v
Excipients q.s.	





خواص

- گردن اور کمر کے مہروں کے درد کے لیے مؤثر۔
- ریڑھ کی ہڈی کا اندرونی درد۔
- کمر کے مہروں کی سوزش کے لیے مفید۔

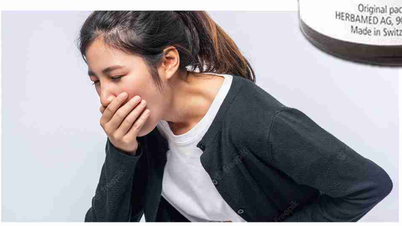
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan


HM 23
Damiana Complex Drops
مردانہ کمزوری کے لیے
HERBAMED
Homöopathie Phytotherapie
Damiana complex
For Sexual disorders
HM 23
Original packing
HERBAMED AG, 9055 Bühler
Made in Switzerland
جنسی عدم رغبتی
جسمانی واعصابی کمزوری
مردانہ کمزوری، قوت باہ میں کمی
MEHAR IMPEX
Store & Clinic
Mehar Impex
Homoeopathic Store and Clinic
0335 3276603
021-32623912 - 32628814





قے، سردرد، بخار اور متلی کے لیے



بھوک کی کمی



اسہال، دست یا پیچش

Mehar Impex

Homoeopathic Store and Clinic

0335 3276603 021-32623912 - 32628814



QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND

KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079

Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan

kentpharma

The Sehat Channel



Kent
Thymus Cough Syrup
Sugar Free
• موسمی نزلہ وزکام میں مفید۔
• ہر قسم کی کھانسی میں آرام دہ۔
• بلغم کو خارج کرنے اور سانس کی نالی کو صاف رکھنے میں مددگار۔
SUGAR FREE
with Dosage cup INSIDE
Cough Syrup
Homeopathic Medicine
Kent Thymus
• Cough
• Expectorant
• Sore Throat
• Allergic Coughs
120ml (4.0 Fl.Oz)
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
KENT HOMOEOPATHIC PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel


Worried about your Sinus problem this winter?
Use KENT 17
Drops
For Quick Relief
30ml
KENT
17
DROPS
CHRONIC CATARRH
30ml
KENT 17
CHRONIC CATARRH
DROPS
Available at Mehar Impex
QUALITY PRODUCTS
Since 1971
TRUSTED BRAND
Kent®
KENT
HOMOEOPATHIC
PHARMACY
KARACHI-PAKISTAN
ISO 9001 : 2000 CERTIFIED COMPANY
DRAP Enlistment No.0079
Kent Homoeopathic Pharmacy Pakistan
kentpharma
The Sehat Channel